BIBLIOTECA NAZIONALE VITT. EMANUELE
12
30 F
2

DISCORSI
DELLA VITA SOBRIA

DEL SIG. LVIGI CORNARO.

Ne' quali con l'essempio di se stesso dimostra con quai mezi possa l'huomo conseruarsi sano insin all'ultima uecchiezza.

AL SANTISS. GREGORIO XIIII.
Pont. Mass. & Padre Nostro Beatiss.

BIBLIOTECA NAZ.
ROMA
VITTORIO EMANUELE

IN PADOVA, M D XCI.
Appresso Paolo Miglietti.

12.20.F.2

22

AL SANTISSIMO

GREGORIO XIIII.

PONTEFICE MASSIMO.

& Padre nostro Beatissimo.

BEATISSIMO PADRE.

ERA tutti quelli c'hanno scritto sopra il modo di prolungar la vita in gloria di Dio, & per maggior beneficio del publico, può vèramente porsi ne'primi luoghi il Sig. Luigi Cornaro di buona memoria, assai noto à Vostra Beatitudine; ilquale essendo sin' al quarantesim'anno della sua età stato da difficilissime infermità oppresso, nè trouando giouaméto nella Medicina, si diede

con molto ſtudio à cercar'i mezi per ricuperare la ſanità; ilche gli riuſcì talmente, che in ſe ſteſſo hauendo prouato i rimedij, potè ſcriuere i preſenti breui & vtili Diſcorſi tanto come teorico, quanto come prattico. Et perche in quel punto, che piacque alla bontà di Dio di promouere la Beatitudine Voſtra à coteſto altiſſimo grado, io gli haueua nelle mani per ordinare & emendargli dal Sig. Giacom'Aluiſe Cornaro deuotiſſimo Seruitore di Voſtra Santità; però ſtimai, che non douerebbono vſcire in luce ſotto più ſicura protettione, che di lei; laquale ſapendo, che'l ſopradetto Signor Luigi uecchio, arriuò inſino all' anno XCVII. della ſua età con intiero giudicio & vigore; & (com'egli ſteſſo s'haueua predetto) terminò per pura reſolutione; ci dà deſiderio & ſperanza, che Voſtra Beatitudine poſſa tanto più lungamente gouernare Santa Chieſa, quanto ella caminando ſempre con quella ſobrietà & compoſitione d'animo, lequali il Mondo conoſce, harà caro di uedere ne' detti Diſcorſi il modo della vita ſua, & i mezi di prolungarla à laude di Dio. Io gli offero dunque humiliſſimamente à Piedi di Voſtra Santità, ſupplicando con tutto l'animo la Mae

ſtà

ſtà Diuina, che à Voſtra Beatitudine conceda lunghiſſima vita in tempo che Santa Chieſa ne ha tanto biſogno da ogni parte.
Di Padoua, al primo di Marzo. M. D. XCI.

Di Voſtra Beatitudine

Humilliſs. & Deuotiſs. Seruitore

Euangeliſta Orientc.

AL CLARISSIMO SIGNOR LVIGI CORNARO.

HIERONIMO GVALDO.

SIGNOR, ben' dare à voi si può quel vanto,
Che contra i Cieli, e'l corso di Natura,
Sol reggendo la vita con misura,
Sano, e felice siate visso tanto;
Nè basta ciò, ch'altrui giouate, in quanto
Per voi si può, ponendoui ogni cura,
E mostrando esser' tal la via sicura,
Da viuer lungo tempo, e fuor di pianto.
Beato voi, che in questa estrema etate,
Che à molti parer suol molesta e graue,
Viuete in gioia, e piu che mai contento;
A voi diletta l'harmonia soaue
Del canto, & a' bei studi sempre intento,
Quel ben, ch'è de l'huõ proprio, hora gustate

DEL MEDESIMO.

GRAVE e noiosa è questa età matura,
Per se stessa, senz'altri affanni, e doglie,
Dice alcun, perch'altrui le forze toglie,
E s'appressa à colei, che'l Mondo fura;
L'huom, che sua vita con ragion misura,
Nè cerca di adempir tutte sue voglie,
Ancho in vecchiezza dolci frutti coglie,
Che pronta è sempre al ben l'alma Natura:
S'io d'anni carco, hor trauagliato, e infermo
Mi trouo, è per mia colpa, e non del tempo,
Ch'al sẽso ingordo troppo ho dato orecchio;
Per aitarmi ben faccio hoggi ogni schermo,
Ma indarno temo, ch'ogn'hor piu m'attẽpo;
E mal può regolarsi vn' error vecchio.

DEL MEDESIMO.

SOLEANO in luoghi solitarij, & ermi,
Gli antichi Padri, di radici & herbe
Viuer, nè per tal cose aspre, & acerbe
Eran, non piu, che siam languidi, ò infermi;
Esempio, ch'ogn'hor piu via mi confermi
Co i detti vostri, e dentro al cor mi serbe,
Che le laute viuande, e le superbe
Mense, ne rendan men robusti e fermi;
E' natural disio di starsi in vita;
Più c'huom può lungamente, è l'esser parco
Nel cibo, e continente, à questo aita:
Però conuiensi ir di quel peso scarco,
E chi fa ciò, che pur ragion gli addita,
Lento camina al dubbio estremo varco.

TRATTATO
DELLA VITA SOBRIA
DEL SIG. LVIGI CORNARO.

CERTA cosa è, che l'uso ne gli huomini co'l tempo si conuerte in natura, sforzandogli à usare quello, che s'usa, sia bene ò male. Parimẽte vediamo in molte cose hauer la vsanza piu forza, che la ragione; che questo non si può negare; anzi bene spesso si vede, che usando vn buono, & pratticando con vn cattiuo; di buono che era, si fa cattiuo. Si vede anchora il contrario, cioè, che si come facilmente la buona usanza in ria si cõuerte, così anchora la ria ritorna in buona: perche poi uediamo, che questo maluagio, che prima era buono, pratticherà con vn buono, e lo ritornerà buono, & ciò non procede se non per la forza dell'uso, laquale è ueramente grande. Ilche vedendo io, & considerando, che per esser lui di tanta possanza, si sono introdotti in questa nostra Italia da non molto tempo in quà, anzi alla mia etade, tre mali costumi. Il primo è l'adulatione, & le cerimonie. L'altro il uiuer secondo l'opinion Lutherana, che pur da alcuni si và mettendo à gran torto in consuetudine. Il terzo è la crapula: i quali tre uicij, anzi mo-

ſtri crudeli della uita humana, hanno tolto a' noſtri tempi à deprimere la ſincerità del uiuer ciuile, la religione dell'anima, & la ſanità del corpo; ho deliberato di trattar di queſta ultima, & di dimoſtrar, che è abuſo, per leuarla, ſe ſi può: che quanto all'opinioni Lutherane, & al terzo, che è l'adulatione, ſon certo, che tolto qualche gentile ſpirito torrà il carico di biaſimarle, & leuarle dal Mondo: coſi ſpero prima ch'io mora ueder leuati & eſtinti queſti tre abuſi d'Italia, & lei ridotta a' ſuoi primi belli, & ſanti coſtumi. Venendo dunque à quello, di che mi ho propoſto di parlare; circa la crapula, dico che è mala coſa ch'ella habbia ſpenta la uita ſobria, & sì grandemente ſottomeſſa. Che ſe ben da ogn'uno ſi sà, che la crapula procede dal vitio della gola, & la vita ſobria dalla uirtù della continenza, nientedimeno è ſentita la crapula per coſa virtuoſa, & honoreuole, & la uita ſobria dishonoreuole, & da huomo auaro: & tutto procede dalla forza dell'uſo introdotta dal ſenſo, & dall'appetito; iquali hanno tanto adeſcati, & inebriati gli huomini, che laſciata la buona uia, ſi ſono dati à ſeguir la peggiore; laquale gli conduce, che non ſe ne aueggono, à ſtrane, & mortaliſſime infermità, inuecchiandouiſi; che auanti che peruenghino all'età di quaranta anni, ſono decrepiti: all'oppoſito di quello che faceua la uita ſobria, che gli teneua proſperoſi nelli ottanta anchora, prima che foſſe diſcacciata da queſta mortifera crapula. O miſera & infelice Italia, non te n'auedi, che la crapula t'ammazza ogni anno tante perſone, che tante non ne potrebbono morire al tempo di grauiſſime peſtilenze, nè di ferro, ò di fuoco in molti fatti d'arme; che fatti d'arme ſono i ſuoi ueramente dishoneſti banchetti, che s'uſano, iquali ſono sì grandi, & sì intolerabili, che le tauole non ſi poſſono far sì capaci, che ui ſia luogo, per l'infinite uiuande, che ſopra vi ſi portano; onde biſogna metter i piatti l'uno ſopra l'altro in mõte: & chi potrebbe mai viuer con tai contrarij & diſordini? Proueggaſi per l'amor di Dio, che ſon certo, che alla maeſtà ſua non ſia uitio, che più diſpiaccia, di queſto: Diſcacciſi queſta nuoua morte, anzi non mai più ſentita peſtilenza, ſi come è diſcacciato il morbo, che oue altre fiate faceua tanti danni, hor ſi vede, che ne fà pochiſſimi, anzi quaſi niuno, per l'vſo

buono

buono introdotto dalle buone prouisioni: che vi è rimedio anchora di discacciar questa crapula, & rimedio tale, che ogn'uno da se lo può vsare, viuendo gli huomini secondo la semplicità della natura, laquale ci insegna essere di poco contenti, tenendo il mezzo della santa continenza, & quello della diuina ragione, & accostumandosi di non mangiar se non ciò che per necessità del viuere bisogna: sapendo, che quel più è tutto infermità & morte; & che è diletto solo del gusto, ilquale passa in vn momento, ma lungamente poi dà dispiacer & nocumento al corpo: & alla fine l'ammazza insieme con l'anima. Che ho io ueduto morir di questa peste in fresca etade molti miei amici di bellissimo intelletto, & di gentil natura, iquali se fossero viui, abbellirebbono il mondo, & con gran mio contento sarebbono da me goduti, si come con molto mio dolore, di loro son restato priuo. Onde per ouuiar à tanto danno per l'auenire, ho deliberato con questo mio breue discorso far conoscere, come la crapula è abuso, & che si puo leuar facilmente, & introdurre in luogo suo la vita sobria, come già vi era, & ciò uoglio far per questo ancora più uolontieri, perche molti giouani di bellissimo intelletto, conoscendo, ch'ella è uitio, me n'hanno astretto, perche hanno ueduto i loro Padri morire in fresca etade, & uedono me in questa mia uecchia di LXXXI. anno così sano & prosperoso: onde desiderosi anchor' essi di peruenirui, (& perche la natura non ci uieta potere lunghissimamente uiuere, & perche è in fatti quella etade nellaquale più si può esercitar la prudenza, & con minor cõtrasto, goder i frutti delle altre uirtù, perche all'hora si lascia il senso, & in suo luogo si dà l'huomo in tutto alla ragione:) mi hanno pregato ch'io sia contento dir loro il modo ch'io ho tenuto, per poterui peruenire: & io uedendogli pieni di così honesto desiderio, per giouar & à loro, & a quelli altri insieme, che vorranno legger questo mio discorso, ne scriuerò: dichiarando quali furono le cause, che mi astrinsero à lasciar la crapula, & accettar la uita sobria: & narrando tutto il modo, ch'io tenni in ciò fare, & dicendo quello, che poi tal buono uso operò in me; onde si conoscerà chiaramente, quanto sia facil cosa à leuar l'abuso della crapula; soggiungerò al fine quanti utili & beni si trag-

gono dalla uita sobria. Dico adunque, che l'infermità di mala sorte, che in me haueuano non solo dato grandissimi principij, ma fatto anchora non piccolo processo, furono cagione ch'io lasciassi la crapula, alla quale io era molto dato; si che per cagion di lei, & della mia mala complessione, che lo stomaco mio è freddissimo, & humidissimo, era caduto in diuerse sorti di infermità, cioè dolore di stomaco, & spesso di fianco, & principio di gotte; & peggio, con una febricina quasi continoua, ma sopra tutto lo stomaco molto disconcio con una sete perpetua: della quale mala, anzi pessima dispositione, niente altro mi restaua da poter di me sperare, eccetto che finire per morte i trauagli & noie della mia uita, tanto lontana dal fine per natura, quanto uicina per disordinata ragion di uiuere. Onde ritrouandomi io in così mali termini nel tempo della mia etade: che fu da i XXXV. insino à XL. anni, essendosi fatta ogni sperienza per risanarmi, & niuna cosa giouandomi, à me dissero i Medici, che a'miei mali non era se non una sola medicina, quãdo io mi uolessi risoluere di usarla & continuarla patientemente. Questa era la uita sobria, & ordinata, laqual mi soggiunsero, che riteneua grandissima uirtù & forza, si come anchora grandissima uirtù & forza haueua l'altra, che è in tutto à questa contraria, dico la crapula, & la uita disordinata; & che delle lor forze ne poteua io esser chiaro: si perche per i disordini io era fatto infermo, anchor che non fosse ridotto à tali termini, che la uita ordinata, laqual opera al contrario della disordinata, non me ne potessi del tutto liberare: si anchora perche si uede in fatto, che tal uita, & ordine conserua gli huomini di cattiua complessione, & di età decreipti sani, mentre l'osseruano, si come la sua contraria ha forza d'amalare uno di perfetta complessione, & nella sua più fresca & forte etade, & ritenerlo per lunghissimo spatio di tempo in tale stato; & ciò per la ragion naturale, laqual uuole, che da contrarie forme di uiuere, uenganoà prodursi contrarie operationi; imitando in questa anchora l'arte i progressi della Natura; & potẽdo essa arte corregger i vitij & mancamenti naturali; ilche si vede chiaramente nell'agricoltura, & altre cose somiglianti: aggiungendomi loro, che s'io all'hora non vsaua tal medicina, che fra

pochi

pochi meſi ella non mi potria più giouare ; & che in pochi altri me ne morirei : ſo, alquale diſpiaceua aſſai il morire in così freſca etade, & che mi ritrouaua tormentato dal male continuamẽte, hauendo vdite queſte belle,& naturali ragioni, reſtai perſuaſo, che dall'ordine, & dal diſordine doueuano per neceſſità naſcer'i ſopradetti contrarij effetti ; & inanimato dalla ſperanza, deliberai, per nõ morire, & vſcir de tormenti, di darmi al viuer regolatamente. Onde informato da loro del modo ch'io doueua tenere, inteſi ch'io non haueua nè à mangiare, nè à bere ſe nõ de i cibi,& del vino che ſi chiamano d'ammalato ; & dell'uno,& dell'altro in poca quantità. Queſto,per dir il vero,mi haueuano cõmeſſo anchora per innanzi,ma in quel tẽpo io,che voleua viuer'à mio modo,ritrouãdomi, come dir ſatio di tai cibi, non reſtaua di contentarmi,& mangiaua delle coſe, che mi piaceuano,ſimilmẽte ſentendomi come arſo per il male,nõ reſtaua di beuer vini,che mi guſtauano,& in gran quantità;& di ciò nõ diceua coſa alcuna a Medici, ſi come fan tutti gl'infermi. Ma poi ch'io hebbi deliberato di eſſer cõtinente,& ragioneuole,vedendo,che nõ era difficil coſa, anzi era debito proprio dell'huomo, mi poſi di tal maniera à queſta ſorte di uiuere, che mai in coſa alcuna non diſordinai ; ilche facẽdo, in pochi dì cominciai à conoſcer, che tal vita mi giouaua aſſai ; & ſeguendola,in men d'vn'anno fui (& parrà forſe incredibile ad alcuno) riſanato di ogni mia infermità. Fatto adunque ſano,mi poſi à cõſiderare la virtù dell'ordine,& dire fra me medeſimo, che ſe l'ordine haueua hauuto forza di vincere tãti mali,quãti erano ſtati i miei, hauerebbe maggiormente forza di conſeruarmi nella ſanità, & di aiutar la mia mala cõpleſſione,& di confortare il molto mio debile ſtomaco. Però mi poſi diligentiſſimamente à uolere conoſcere i cibi, che foſſero à mio ꝓpoſito,& prima deliberai di farne ſperienza,ſe quelli che al guſto piaceuano, mi giouaſſero, ò pur mi foſſero di nocumẽto, per conoſcere, ſe quel prouerbio, che io haueua già tenuto per vero, & che ueriſſimo vniuerſalmente ſi crede che ſia,anzi è il fondamẽto di tutti i ſenſuali,che ſeguono i loro appetiti, era in fatto vero, che dice, che quello che sà buono, nutriſce & gioua. Ilche facẽdo,ritrouai ch'era falſo;perche à me il vin bruſco & freddiſſimo ſapeua buono,

& coſi

& cosi i Meloni, & gl'altri frutti: le Insalate crude, i Pesci, la carne di Porco, le Torte, le Minestre di legumi, i Mangiari di pasta, & simili altre viuande, che mi dilettauano sommamente, & pur tutte mi noceuano: così hauendo conosciuto, che tal prouerbio era falso, per falso l'hebbi. Onde fondato sopra la esperienza, lasciai la qualità di tali cibi, & di tali vini, & il ber freddo, & elessi vino appropriato allo stomaco mio, beuendone quella quantità, che conosceua, che con facilità poteua smaltire. Il simile feci de i cibi, così nella loro qualità, come nella quantità anchora, auezzandomi a fare, che l'appetito mio non restasse mai satio di mangiare, & di bere; ma tale si partisse da tauola, che potesse anchora mangiare, & bere: seguendo in ciò quel detto, che dice, che il non satiarsi di cibi è vno studio di sanità: & così leuandomi per queste cagioni dalla crapula, & disordini, mi diedi alla vita sobria & regolata, la quale operò in me prima quello, ch'io ho detto di sopra, cioè, che in men d'un'anno fui liberato da tutti i mali, che haueuano fatto così gran principio in me, anzi come ho detto, tanto progresso, che erano fatti quasi incurabili. Operò anchora quest'altro buon'effetto, chè poi non mi ammalai più come soleua ogni anno mentre io seguitai l'altro modo di viuere, ch'era secondo il senso, che io non mi ammalassi di febre molto strana, la qual mi condusse alcune uolte insino à morte. Da questo adunque anchora mi liberai, & ne diuenni sanissimo, come sempre da quel tempo infino à quest'hora sono stato, & non per altra cagione, se non perche non ho mancato mai dell'ordine: ilqual ha operato con la sua infinita virtù, che il cibo, che ho sempre mangiato, & il uino, che ho beuuto, essendo tali quali si conuengono alla mia complessione, & in quantità quanto si conuiene, come hanno lasciata la lor virtù al corpo, se ne sono vsciti senza difficoltà, non hauendo prima generato in me alcun cattiuo humore. Ond'io seguendo tal modo, sono stato sempre, & mi ritrouo hora, come ho già detto (Dio gratia) sanissimo: vero è, che oltra li due sopradetti ordini, ch'io ho sempre tenuti nel mangiare & nel bere, che sono importantissimi, cioè di non mangiare se non quanto digerisce il mio stomaco con facilità, & se non di cose, che sono à mio proposito: anchora

chora io mi sono guardato dal patire & freddo, & caldo, & dalla souerchia fatica, & di non impedir i miei sonni ordinarij, é dall'eccessiuo coito, e da non stantiare in mal aere, & da non patire dal uento, nè dal Sole, che questi anchora sono gran disordini. Auenga che da loro non sia molta difficoltà guardarsi, potendo più ne l'huomo ragioneuole il desiderio della vita & della sanità, che la contentezza di far quello, che sommamente gli nuoce. Mi sono ancho guardato quanto ho potuto da quelli, da i quali non ci potiamo così facilmente riparare: questi sono la malinconia, & l'odio, & l'altre perturbationi dell'animo, iquali par c'habbino grandissimo potere ne' corpi nostri: Non mi sono però potuto guardar tanto nè dall'una, nè dall'altra sorte di questi disordini, ch'io non sia incorso alcune uolte in molti di loro, per non dir hora in tutti; ilche mi ha giouato in questo, hò conosciuto con la esperienza, che non hanno per il uero molta forza, nè possono far molto danno à i corpi regolati, da i due ordini sopradetti della bocca; tal che posso dir con uerità, che chi osserua quei due principali, può poco patire dalli altri disordini; laqual fede però, prima di me fece Galeno, che fù così gran Medico; ilquale afferma, che tutti gl'altri disordini poco gli nuoceuano, perche si guardaua da quelli due della bocca; & però che per cagione delli altri mali mai non hebbe male, se non per vn giorno solo; & così è ueramente, come dice; & io ne posso render uiuo testimonio, & molti altri anchora, che ini conoscono, & sanno come molte fiate ho patito & freddo & caldo, & fatti pure delli altri simili disordini, & mi hanno similmente ueduto (per diuersi accidenti, che in più uolte mi sono occorsi) trauagliato dell'animo; nientedimeno, sanno che poco mi han nocciuto, come anchora sanno, che à molti che non erano di uita sobria & regolata, han nocciuto assai, fra i quali fu vn mio Fratello, & altri di casa mia, i quali fidandosi nella loro buona complessione, non la faceuano; il che fu loro di grauissimi danni cagione; perche in loro hebbero grandissima forza gli accidēti dell'animo; & tanto fu il dolore, & la maninconia, che si posero, hauendo ueduto, che mi erano state mosse alcune liti di somma importanza da huomini potenti & grandi; che dubitando e-

glino,

glino, ch'io non le perdessi, furono presi dall'humor malinconico, del quale sempre i corpi di uita non regolata, sono pieni; & questo si alterò di maniera, & tanto crebbe, che gli fece morire innanzi tempo; & io non hebbi male alcuno, perche in me tale humore non era di souerchio, anzi facendomi animo da me medesimo, mi sforzaua di credere, che Iddio per farmi conoscere & forte, & valoroso, m'hauesse fatto muouere queste liti; & che io le vincerei con mio vtile & honore, si come auēne: perche alla fine ne riportai la vittoria, con molta mia gloria & utilità; perilche sentei nell'animo consolatione grandissima, laquale però non hebbe alcun potere di nuocermi; così si uede, che nè maninconia, nè altro affetto possono far nocumento à i corpi di vita ordinata & sobria: Ma più dirò, che i medesimi mali non hanno poter di fare à tai corpi se non poco male, nè dar loro se non poco dolore; & che questo sia la verità, io ne ho fatta l'esperienza nella mia età di settanta anni: che mi occorse, come suole auenire, essendo in Cocchio, & andando in fretta, che per caso fortuito il Cocchio si riuersò, & riuersato, fu tirato da i Caualli vn buon tratto di mano prima, che si potessino fermare: Onde io essendoui dentro per li sinistri & percosse riceuute, mi ritrouai offeso molto il capo, & tutto il resto del corpo, & di più sinistrato d'una gamba & d'un braccio: condotto à casa, i miei mandorno subito per li Medici; iquali venuti, & vedendomi così battuto & mal conditionato, & in tale età, conchiusero, che per questa disgratia io morirei fra tre giorni, pure, che mi si poteuano far due rimedij, l'uno era trarmi il sangue, l'altro darmi vna Medicina per euacuarmi; & ouuiare, che gli humori non potessero tanto alterarsi, quali pensauano, che d'hora in hora fossero per mettersi in vn'estremo moto, & causarmi vna grandissima febre. Io all'incontro, che sapeua, che la uita mia ordinata, tenura da me già tāti anni, haueua così bene vniti, adequati, & disposti i miei humori, che non potrebbero per questo mettersi in tanto moto, non uolli essere talassato, nè pigliar altra medicina, solo mi feci drizzare la gamba & il braccio, & mi lasciai ungere di certi loro ogli, che diceano esser'à proposito. Così senza vsare altra sorte di rimedio, come io m'haueua pensato, me ne guarij,

non

non hauendo hauuto altro male, nè alcuna alteratione, cosa, che parue alli Medici miracolosa. Onde si deue conchiudere, che chi tiene vita regolata & sobria, & non disordina del viuere, poco male può hauere per gli altri disordini, & casi fortuiti. Ma ben concludo, massime per la esperienza fatta da me nouuamente, che quelli del viuere sono disordini mortali, & già quattro anni passati me ne certificai, che fui indutto dal consiglio de' Medici, & da i ricordi delli amici, & da i conforti de i miei medesimi, à farne vno, troppo più in vero importante di quello, che come poi si vide, si conueniua; & questo fu l'accrescere la quãtità del cibo ch'io mangiaua ordinariamente, ilquale crescimento mi ridusse in vna infermità mortalissima; la qual cosa, perche viene à proposito in questo luogo, & potrebbe giouare ad alcuno, sono contento di narrare. Dico adunque, che i miei più cari parenti, & amici, iquali molto mi amano, & mi hanno caro, mossi da bello, & buono amore, uedendo ch'io mangiaua assai poco, mi dissero insieme con i Medici, che quel cibo, ch'io prendeua, non poteua esser bastante à sostentar vna età uecchia, & cadente, come era la mia, alla quale faceua bisogno hormai, non solo conseruare, ma di accrescere anchora forza, & vigore. Ilche non si potendo fare se non col cibo, però che era al tutto necessario, che io mangiassi vn poco più copiosamente. Io dall'altra parte adduceua in mezzo le mie ragioni, cioè, che la Natura si contenta di poco, & che con questo poco io mi haueua conseruato tanti anni; & che à me questo uso mi era conuertito in natura; & che era cosa più ragioneuole, crescendo gl'anni, & mancando la prosperità, ch'io andassi scemando, non che accrescendo la quantità del cibo: poi, che anchora la uirtù dello stomaco di ragione si andaua facendo ogn'hora più impotente; onde io non ucdeua ragione alcuna, che mi douesse indurre à tale accrescimento. & per fortificare le mie ragioni, allegaua que'due prouerbij naturali, & ueriſſimi: l'uno è, che chi uuol mangiare assai, bisogna, che mangi poco; che questo si dice non per altra cagione, se non perche

il poco mangiare fa uiuere assai; & uiuendo assai, si viene à mangiar molto. L'altro, che gioua più quel cibo, che si resta di mangiare quando si ha ben mangiato, che non gioua quello, che già si ha mangiato: ma nè questi prouerbij, nè ragione alcuna, ch'io dicessi loro, mi giouò; che più arditamente ogn'hor mi molestauano; onde io per non parer ostinato, e più Medico di essi Medici, & sopra tutto per compiacere à i miei, che questo molto desiderauano, giudicando essi, che tale augumento mi hauesse à conseruare la uirtù, contentai di accrescere il cibo, ma in due oncie sole più. Che si come prima, tra pane, un rosso d'uouo, carne, & minestra, mangiaua tanto, che in tutto pesasse oncie dodici alla sottile, così poi lo crescei à oncie quattordici; & si come prima beueua oncie quattordici di uino, così poi crescei alle sedici. Questo accrescimento, & questo disordine, in capo di dieci dì cominciò in me talmente ad operare, che uenni di allegro, ch'io era, malinconico, & colerico; si che ogni cosa mi daua fastidio; & era sempre di strana uoglia, che non sapeua nè che mi fare, nè che mi dire: In capo poi di dodici dì, mi assalì una grandissima doglia di fianco, laqual mi durò XXII. hore, & mi sopragiunse una febre terribile, che mi durò XXXV. dì, & altrettante notti, senza mai lasciarmi: anchor che passati li XV. si facesse per dir'il uero sempre minore; ma con tutto ciò non potei in questo tempo dormire pur mezzo quarto d'hora: onde da tutti fui giudicato per morto: pure io me ne liberai (Dio gratia) col mio ordine solo, benche fossi nella età di LXXVIII. anni, & nella più fredda stagione di tutto l'anno, che fù freddissimo, & d'un corpo tanto macilente, quanto sia possibile; & sono certissimo, che altro non mi liberò dalla morte, se non il grande ordine tenuto da me già tanti anni: nelli quali mai non hebbi male, se non alcuna poca indispositione di uno, ouero due dì; perche l'ordine, ch'io dico di tanti anni, non haueua lasciato generar in me humori souerchi, & maligni; nè generati, inuecchiarsi in tal tristitia, & malignità, si come auiene ne i corpi uec-

chi

chi di quelli, che uiuono senza regola: però non si ritrouando nelli miei humori, alcuna uecchia malignitade, che è quella, che ammazza gli huomini, ma solamente quella nuoua, introdotta per il nuouo disordine, non hebbe forza il male, anchor che grauissimo, di ammazzarmi. Questo & non altro fù cagione della mia uita: onde si puo conoscere quanta è la forza, & la uirtù dell'ordine, & quanta è quella del disordine, che in si pochi dì mi causò vna così terribile infermità, si come la uita sobria, & ordinata mi haueua tenuto tanti anni sano. Et parmi una gran ragione, che se il mondo si conserua con ordine, & la uita nostra nõ è altro quanto al corpo, che armonia & ordine di quattro Elementi, che con l'ordine medesimo debba conseruarsi, & mantenersi questa nostra uita, & pel contrario guastarsi per malattia, ò per morte corrompersi, operando in contratio. L'ordine insegna le discipline più facilmente. l'ordine rende l'essercito uittorioso; & finalmente l'ordine mantiene la Città, le Famiglie, & i Regni istessi. La onde mi risoluo, che altro non sia il uiuer ordinato, che certissima ragione & fondamento di uiuer sano & lungamente: tal che bisogna dire, che la sia la sola & uera medicina; & chi ben considera, bisogna, che conchiuda, che così è. Però quando il Medico uà à uisitare l'ammalato, ricorda questa per prima medicina; & commette, che uiua con ordine: così quando piglia licenza, perche l'infermo sia risanato, gli commette, che uolendo star sano, tenga uita ordinata. Et non è dubbio, che se colui teneste tal uita, non si potrebbe più ammalare, perche lei leua tutte le cause del male; & così non harrebbe più bisogno nè di Medici, nè di medicine; anzi ponendo mente à ciò che si deue, si fareb be Medico da per sè, & perfettissimo, che in uero l'huomo non può esser Medico perfetto d'altri, fuor che di se so lo; & la cagione è questa, perche può ben ciascuno con di uerse sperienze conoscere la complessione perfettamente, & le sue proprietà più occulte, & qual uino, & qual cibo accia per il suo stomaco. Non si può già rai cose conoscere

ueramente d'un'altro, che a gran fatica si possono in se, & per se medesimi conoscere, che vi bisogna del tempo assai a conoscerle, & farne diuerse sperienze; & tali sperienze sono più che necessarie, perche più diuersità di nature & di stomachi si ritrouano ne gl'huomini, che non sono diuerse l'effigie loro. Et chi crederebbe, che il uino uecchio, passato che ha l'anno, nocesse al mio stomaco, & li giouasse il nuouo; & che il pepe, che è reputato spetie calida, non faccia in me operatione calda, si che più si senta dal Cinnamomo riscaldato & confortato? Qual Medico m'haurebbe auertito di queste due mie proprietà occulte, se io con la lunga osseruanza, a pena le ho potute auertire, & ritrouare? Però non può alcuno essere perfetto Medico d'un'altro. Non hauendo adunque l'huomo miglior Medico di se stesso, nè miglior medicina della uita ordinata, questa si debbe abbracciare. Non nego però, che nella cognitione, & curatione delle malattie, nellequali cadeno spesso quelli, che non tengono uita ordinata, che non ci faccia bisogno del Medico, & quello non douiamo hauer caro: che se grã conforto ti rende vn'amico, che semplicemente, ti uiene a uisitare nell'infermità, senza far altro, che dolersi del tuo male, & confortatti a sperar bene; quanto maggiormente ti deue esser caris simo il Medico, che è vn'amico, che uiene a uederti per cagion di giouarti, & che ti promette la salute? Ma nel conseruarsi sano, crederò, che si debba abbracciare per Medico questa uita regolata: laquale, come si uede, è medicina naturale, & propria nostra; perche conserua l'huomo, anchor che sia di mala complessione, sano, & lo fa uiuere prosperoso insino alli cento & più anni, & non lo lascia finire con male, nè con alteratione d'humori, ma per pura resolutione del suo humido radicale, che è ridotto al fine; ilche tutto anco hanno affermato molti sapienti poter fare l'Oro potabile, & lo Elisir, da molti ricercato, & da pochi trouato. Ma diciamo pur'il uero, gli huomini per il più sono molto sensuali, & incontinenti, & vorrebbono satiare i loro appetiti, & far sempre infiniti disordini.

Onde

Onde uedendo, che non possono fuggire, che la crapula ogni tratto non gli tratti di mala maniera, in sua scusa dicono, che meglio è uiuer dieci anni meno, & contentarsi; & nō considerano di che importanza sieno all'huomo dieci anni più di uita, & di uita sana, & nella età matura, che è quella età che fa conoscere gli huomini per quello, che sono, & sanno, & vagliono, in ogni sorte di virtù: laqual non può hauer perfettione, se non in tal'etade: che per nō dire hora di molte altre, dirò solo delle lettere, & delle scienze, nellequali la maggior parte de i belli, & più celebrati libri, che habbiamo, sono stati da i loro Auttori composti in questa età, & nelli dieci anni, che questi van dicendo di non apprezzare per sodisfare à i loro appetiti. Come si sia, non ho io uoluto far così, anzi ho uoluto viuere questi dieci anni; & se così non hauessi fatto, non haurei scritti i trattati, che per esser viuo, & sano, da dieci anni in qua hò pur scritti, & sò che gioueranno. Oltre à ciò i sopradetti sensuali dicono, che la uita ordinata è uita, che non si può fare: à questo si risponde: Galeno, che fu sì gran Medico, la fece, & la elesse per la miglior medicina: la fece Platone, Marco Tullio, Isocrate, & tanti altri grandi huomini delli tempi passati: iquali per non tediare alcuno, non nominerò; & alli nostra etade habbiamo ueduto Papa Paolo Farnese, farla, & il Cardinal Bembo; & però uiuere sì lungamente; & li nostri due Duchi Lando, & Donato: molti altri di più bassa conditione, & di quei, che habitano non solo le Città, ma il Contado anchora, che in ogni luogo si ritroua, à chi pur gioua di seguitarla. Adunque hauendola già fatta, & tuttauia facendola molti, non è vita, che non potesse essere fatta da ciascuno, tanto più quanto non ui si ricercano gran cose da fare; anzi non è altro, che vn cominciar à farla, come afferma il sopradetto Cicerone, & tutti quelli, che la fanno. Et perche Platone, se bene egli uisse regolatamente, dice però, che un'huomo di Republica non può così fare, bisognando à questo tale patire & caldo & freddo, & fatiche

di diuerse sorti; & altre cose, che sono tutte fuori della uita ordinata, & sono disordini: rispondo, che come di sopra ho detto, questi non sonod elli disordini, che importano, & che infermino, & faccino morir gl'huomini, quando colui, che gli fà, faccia uita sobria, & non disordini nelli due della bocca, delli quali l'huomo di Republica si può molto bẽ guardare; anzi è necessario, che se ne guardi; perche cosi facendo, può essere sicuro, ouero di non incorrere in quei mali, ne i quali facil cosa sarebbe, che cadesse facendo di quei disordini, che è astretto à fare, ouero pur incorrendoui facilmente, & più presto liberarsene. Mi si potrebbe qui dire, come dicono alcuni, che chi fà uita regolata, hauendo sempre, essendo sano, mangiato cibi da ammalato, & in poca quantità, non ha poi di che souuenirsi nelle iufermità. A questo io direi prima, che la natura, che desidera di conseruare l'huomo più lungo tempo, che può, ci insegna come ci debbiamo gouernare nelle infermità; perche leua di subito alli infermi l'appetito, accioche non mangino se non poco; perche essa di poco (come è già detto) si contenta. Et però lo ammalato, sia stato insino à quell'hora ò di uita ordinata, ò disordinata, non bisogna che mangi se non delli cibi, che sono à proposito della sua infermità; & di questi anchora in assai men quantità di quello, che era solito di fare, mentre ch'era sano, perche se mangiasse in tãta quãta soleua, se ne morirebbe; se in più, tãto più tosto, che ritrouandosi all'hora la natura aggrauata dal male, la uiene ad aggrauare anchor più, dandole maggior quãtità di cibo di quello, che per allhora può sopportare; & questo crederei, che fosse per souuenire l'infermo à bastanza. Ma oltre à ciò, si può risponder ad alcuni & meglio, che chi è di uita regolata, non si può ammalare, anzi rade uolte, & per sì poco tempo si ritroua indisposto, perche col uiuere regolatamente, leua tutte le cause del male; & leuate le cause, uiene à leuar l'effetto: si che chi seguita l'ordine di uiuere, non ha da dubitare di male, non hauendo da dubitare dell'effetto, chi è sicuro dalla causa. Essendo

così

cosi adunque, che la uita ordinata è tanto utile, & tanto uirtuosa, & cosi bella, & cosi santa, deue da ogni uno essere seguita, & abbracciata, & tanto più, che non è contraria al uiuere d'alcuna sorte d'huomini, & è facile da fare, che qui non s'obbliga alcuno, che facendola mangi, sì poco come fo io, ò che non mangi frutti, pesci, & l'altre cose, che non mangio io, ch'io mangio poco, perche quel tanto è à bastanza al mio piccolo & debile stomaco; & i frutti, & i pesci, & gl'altri sì fatti cibi mi nuocono, onde io gli lascio. Quelli à chi giouano, ne possono, anzi ne debbono mangiare, che à loro tali cose non sono uietate. Ben' & à loro, & à ciascun'altro è uietato il mangiare tanta quantità di qual si uoglia cibo, che sia à loro proposito, quanta non possa esser digerita dal suo stomaco con facilità, & cosi del beuere; però à chi niuna cosa nuocesse, questo tale non saria sottoposto se non alla regola della quantità, nõ à quella della qualità de'cibi, che sarebbe cosa facilissima à fare: nè uoglio, che alcuno mi dica qui, che si trouano di quelli, che disordinatissimamente uiuendo, peruengono sani, & gagliardi à quelli ultimi termini della uita, a'quali giungono gli huomini più sobrij; imperoche questa ragione, essendo fondata sopra una cosa incerta, pericolosa, & che rarissime uolte auiene, & che uenendo ci par più tosto miracolosa, che naturale, non ci deue persuadere à uiuer disordinati per questo, essendo che a questi tali troppo fu liberale la natura; ilche pochissimi debbono sperare di conseguire. Ma chi non uuole hauere queste osseruationi, confidandosi nella sua giouentù, ouero nella sua forte complessione, & perfetto stomaco, perde assai, & ogni giorno è sottoposto al male, & alla morte; però dico, che è piu sicuro di uiuere un uecchio, anchor che di trista complessione, che tenghi uita regolata & sobria, che non è un giouane di perfetta, che uiua disordinatamente. Non è dubbio però, che chi è di buona natura, si può conseruare con l'ordine più anni, che non puo uno di trista; & che Iddio, & la natura possono operare, si che un'huomo nasca di cosi perfetta cõplessione,

pleſſione, che poſſa uiuere ſano, ſenza tanta regola di uita, & molti anni; & morire poi uecchiſſimo, & per pura reſolutione, come in Venetia è auuenuto al Procuratore Thomaſo Contarini; & in Padoua al Caualier Antonio Capo di Vacca. Ma di ſimili in cento mila, che naſcono, non ſe ne ritroua uno. Che uolendo gl'altri uiuer lungamente ſani, & morir ſenza noia & faſtidio, per reſolutione, biſogna, che uiuano regolatamente; che così & non altrimenti poſſono goder de i frutti di tal uita, iquali ſono quaſi infiniti; & ciaſcuno di loro infinitamente da apprezzare. Perche ſi come ella tiene gl'humori purgati, & benigni nel corpo, coſi non laſcia aſcendere fumi dallo ſtomaco al capo: tal che il ceruello di colui, che uiue à queſto modo, è ſempre ben purgato, & ſtà ſempre bene in ceruello: onde egli poi da queſte baſſe & uili, aſcende all'alte & belle conſiderationi delle coſe diuine, con eſtremo ſuo ſolazzo & contento; perche coſi conſidera, conoſce, & intende quello, che non haurebbe nè conſiderato, nè conoſciuto, nè inteſo giamai; cioè quanta ſia la ſua potenza, ſapienza, & bontade. Diſcende poi alla natura & la conoſce per figliuola di eſſo Dio; & uede & tocca con mano quello, che nè in altra età, nè cõmen purgato ceruello harebbe mai ueduto, ò toccato. Diſcerne all'hora ueramente la bruttezza del uitio, nel quale cade colui, che non ſa raffrenare le perturbationi humane, & i tre importuni deſiderij, che paiono nati tutti e tre inſieme con noi, per tenerci ſempre moleſtati, & inquietati. Queſti ſono il deſiderio della concupiſcenza, de gl'honori, & della roba, iquali ſogliono creſcer ne i uecchi, che non ſono di uita regolata; perche quando paſſorno per l'età uirile, non laſciorno nè il ſenſo, nè l'appetito, come doueuano; pigliando in luogo di quelli la continenza & la ragione; uirtù, che non furono laſciate da quello della uita ordinata, quando ui paſsò. Ilquale conoſcendo tal paſſioni & tali deſiderij eſſere fuori di ragione, eſſendoſi dato del tutto a lei, ſi deliberò da quelli, & da gl'altri uitij inſieme; & in luogo loro, ſi accoſtò alle uirtù, & alle buone opere; &

con questo mezzo di reo huomo, che era, si fece di buona & honesta uita: onde poi quando si uede ridotto per la lunga età alla resolutione, & al fine, sapendo che già per singolar beneficio di Dio, lasciò il uitio, si che dopo non è stato maluagio huomo, sperando pur pur i meriti di Giesu Christo nostro Redentore, morir in sua gratia, non si attrista della morte: sapendo, che dee morire, massimamente quando carco d'honore, & satio di uita, si uede giunto a quella etade, alla quale, di molte migliara d'huomini, che nascano, uiuendo altrimenti, a pena uno gionge. E tanto maggiormente non si attrista, quanto che quella non li sopragionge impetuosamente alla sprouista con acerba & noiosa alteratione d'humori, di doloti, & di febre, ma con somma quiete & benignità, perche in lui tal fine non si causa se non per lo mancamento dell'humido radicale, il quale a guisa di lucerna se ne và mancando a poco a poco: onde egli passa dolcemente senza male, da questa uita terrena & mortale, alla celestiale & ererna. O santa & ueramente felice uita ordinata, che per santa & felice da gli huomini dei esser tenuta, si come l'altra, che a te è tanto contraria, è rea, & infelice, come apertamente dalli effetti dell'una, & dell'altra si può uedere: anchor che dalla voce sola, & dal tuo bel nome, si douerebbono gli huomini conoscere, che pur bel nome, & bella uoce è a dir uita ordinata, & sobrietà, come all'incontro brutta cosa è a dir uita disordinata, & crapula; anzi tra questi uocabuli par quella differenza istessa che è tra il dir Angiolo, & Diauolo. Ma fin qui sieno dette le cause per lequali mi leuai dalla crapula, & diedi del tutto alla uita sobria, & il modo, che tenni in ciò fare, & quello che me n'auenne: & finalmente i commodi & beni, che ella porta a chi la segue. Hor perche alcuni huomini sensuali, & non ragioneuoli dicono, che non è bene uiuer lungamente; & che come passa l'età di sessantacinque anni, non si può chiamar uita uiua, ma uita morta; perche molto s'ingannano, come dimostrerò (essendo il desiderio mio, che tutti cerchino di

peruenire alla mia età, perche godino anchora essi della più bella, che si possa viuere) Voglio in questo luogo narrare quali sieno hora i miei passa tempi, & il gusto ch'io prendo in questa mia etade della vita; per far viua fede ad ogn'uno di quello, che medesimamente faranno tutti quelli, che mi conoscono, cioè, che la vita, che hora io viuo, è vita viuissima & non morta: & tale, che da molti è tenuta felice, per questa felicità, che si può hauere in questo mondo. Et questa fede faranno prima perche vedono, & non senza grādissima loro ammiratione, la mia prosperità, & come monto da me a Cauallo senza vantaggio alcuno, & come ascendo non vna scala sola, ma tutto vn colle à piè gagliardamẽte; poi come io sono allegro, piaceuole, & contento, & libero dalle perturbationi dell'animo, & da ogni noioso pensiero. In vece de' quali stantiano nel mio cuore sempre gioia & pace, si che indi mai non si dipartono. Oltre à ciò, sanno, come passo il mio tempo, si che non mi rincresce la uita, perche io non habbia da passarla à tutte l'hore con mio sommo diletto & piacere, che mi ritrouo hauer ben spesso commodità di ragionar con molti honorati Gentilhuomini, & grandi d'intelletto, di costumi, & di lettere, & eccellenti in alcun'altra uirtù. Et quando la loro conuersatione mi manca, mi dò à leggere alcun bel libro; quando ho letto à bastanza, scriuo; cercando in questo, & in ciascuno altro modo, ch'io posso, giouare altrui, quanto le mie forze me lo concedono; & tutte queste cose io fo con mia grādissima commodità, & alli lor tempi, & nelle mie stanze; lequali, oltre che sono nella più bella parte di questa nobile, & dotta Città di Padoua, sono anchora veramente belle, & lodeuoli, & di quelle, che piu non sono state fatte alla nostra erade, con una parte delle quali mi difendo dal gran caldo; con l'altra dal gran freddo; perche io l'ho fabricate con ragion d'Architettura, laqual ci insegna come s'habbia ciò à fare: & godo oltre à ciò insieme con queste, li miei diuersi giardini, con l'acque correnti, che loro cortono à canto, ne i quali trouo sempre da far qualche cosa,

che mi

che mi diletta. Ho anchora oltre à questo vn'altro modo di solazzarmi, che io vò l'Aprile e'l Maggio, & così il Settembre, & l'Ottobre, per alquanti giorni a godere un mio colle, che è in questi monti Euganei, & nel più bel sito di quelli, che ha le sue fontane & giardini, & sopra tutto cómoda & bella stanza, nel quale luogo mi truouo anchora alcune fiate a qualche caccia conueniente alla mia etade, commoda & piaceuole. Godo poi altrettanti giorni la mia Villa di piano, laquale è bellissima, si perche è piena di belle strade, lequali concorrono tutte in una bella piazza, in mezzo allaquale è la sua Chiesa secondo la conditione del luogo, honorata assai, si anchora perche è diuisa da una larga, & corrente parte dello fiume Brenta: dall'una & dall'altra parte del quale ui è gran spatio di Paese, tutto di Campi fertili, & ben cultiuati; & si ritroua hora, Dio gratia, molto bene habitata, che prima non era così, anzi tutto il contrario: perche era paludosa, & di mal aere, & stanza più presto da biscie, che da huomini. Ma hauendole io leuate l'acque, l'aere si fece buono, & le genti ui uennero ad habitare, & l'anime cominciorno à moltiplicare assai, & si ridusse il luogo alla perfettione, che si uede hoggidì, a tale ch'io posso dire con uerità, che ho dato in questo luogo a Dio, altare, & tempio, & anime per adorarlo, cose tutte che mi danno infinito piacere, solazzo, & contento ogn'hor, che le ritorno a uedere & godere. A questi medesimi tempi vò anchora ogn'anno a riuedere alcuna di queste Città circonuicine; & godendo li miei amici, che in esse si ritrouano, piglio piacere essendo & ragionando con essi, & per lor mezzo con gl'altri, che ui sono, huomini di bell'intelletto: con Architetti, Pittori, Scultori, Musici, & Agricolrori, che di questi huomini per certo questa nostra etade è copiosa assai. Veggio le opere loro fatte nuouamente, riueggio le fatte per l'adietro, & sempre imparo cose, che mi è grato il saperle. Vedo i Palazzi, i Giardini, le Anticaglie, & con queste le Piazze, le Chiese, le Fortezze, non lasciando a dietro cosa, onde si possa pren-

dere piacere, & imparare. Ma sopra tutto godo nel uiaggio andando & ritornando, oue considero la bellezza de siti, & de' Paesi per i quali vò passando. Altri in piano, altri in colle, uicini à fiumi, ò fontane, con molte belle habitationi & giardini d'intorno: nè questi miei solazzi & piaceri mi sono men dolci & cari, perche io non ueda ben lume, ò non oda ciò, che mi uien detto facilmente, ò perche altro mio senso non sia perfetto, che sono tutti (Dio gratia) perfettissimi: & spetialmente il gusto, che piu gusto hora quel semplice cibo, ch'io mangio, ouunque io mi troui, che non faceua già quelli tanto delicati, al tempo della mia uita disordinata. Nè il mutar letto mi dà noia alcuna, ch'io dormo in ogni luogo benissimo & quietamente, senza sentir disturbo di cosa alcuna, si che nel sonno i sogni miesieno belli & piaceuoli. Et con grande mio piacere & contento ueggio riuscir l'impresa, tanto importante à questo stato, di ridurre dico, tanti luoghi inculti a cultura, quanti ce ne sono, & già da esso principiata, per mio ricordo. Laqual cosa io non pensaua di veder in uita mia: sapendo io che l'imprese di grande importanza, sono tardi principiate dalle Repub. pur io l'hò ueduta, & fui anchora in persona con gli Eletti à questo ufficio, due mesi continui nel tempo del maggior caldo della State, in questi luoghi paludosi, nè mai sentei noia alcuna, nè per fatica, ò per altro incommodo ch'io m'hauesi: tanto di potere hà la uita ordinata, laquale in ogni luogo sempre mi accompagna. Oltre a ciò, sono in viua & certa speranza, di uedere principiata, & finita un'altra non meno importante impresa, che è pur quella della conseruatione del nostro Estuario, ouer Laguna, estrema & marauigliosa fortezza della mia cara patria. Laquale conseruatione (& sia detto questo non per compiacer a me stesso, ma alla sola & pura verità) è stata da me ricordata & con uiua uoce, & con le vigilie de i miei scritti, più uolte à questa Republica. Allaquale, si come sono per natura tenuto di tutto quello, onde commodo & beneficio le posso apportare,

cosi estremamente desidero ogni sua lunga felicità, & conseruatione. Questi sono i veri & importanti miei solazzi. Queste sono le ricreationi & diporti della mia uecchiezza; quale di tanto è più da apprezzare dell'altrui giouentù, ò uecchiezza, quanto ch'ella sanata per Dio gratia, delle perturbationi dell'animo, & infermità del corpo, non proua alcuno di quei contrarij, iquali miseramente tormentano infiniti giouani, & altrettanti languidi uecchi, & del tutto dispotenti. Et se alle cose grandi & importanti è lecito comparar le minori, ò per dir meglio, quelle che si sogliono riputar da scherzo, dirò ancho tal essere il frutto di questa uita sobria, in me: che in questa età mia d'anni LXXXIII. hò potuto comporre una piaceuolissima Comedia, tutta piena di honesti risi, & piaceuoli motti. Laqual maniera di Poema, ordinariamente suol essere frutto & parto dell'età giouanile: si come la Tragedia suol'esser effetto della uecchiezza: essendo quella cosi per la sua vaghezza & giocondità proportionata alla giouentù, come questa per la sua maninconia alla uecchiezza. Ora, se fu lodato quel buon uecchio, Greco di natione, & Poeta, per hauere nell'età di LXXIII. anni, scritto una Tragedia; & perciò riputato sano & gagliardo, con tutto che la Tragedia sia Poema mesto & malinconico; perche debbo essere tenuto io men fortunato, & sano di lui, hauendo in età d'anni X. più di lui, composto vna Comedia, laqual è compositione allegra & piaceuole, come ciascuno sa? Certamente, se io non sono iniquo giudice di me stesso, credere voglio, che io sia hora & più sano, & piu giocondo, che non fu egli con X. anni manco sopra la sua uita. Et perche niuna consolatione manchi alla copia de gli anni miei, per render l'età mia meno rincrescevole, ò più scarsi i miei contenti, ueggio con questo quasi una spetie di immortalità nella successione de i miei posteri. Perche ritrouo poi, come ritorno a casa, non uno, ò due, ma XI. miei Nipoti, il maggior de'quali è di XVIII. anni, il minore

di due

di due: tutti figliuoli d'vn Padre, & Madre, tutti sanissimi: & per quanto hora si può vedere, molto atti; & dediti alle lettere, & alli buoni costumi; de' quali alcuno delli minori, sempre godo come vno mio Buffoncello; & veramente, che i putti dalla età di tre anni infino à quella de i cinque, sono naturali Buffoni; gli altri di maggior età, tengo à vn certo modo miei compagni; & perche hanno dalla natura perfette voci, gli godo anchora, edendoli & cantare & sonare con diuersi instrumenti; anzi io medesimo canto, perche ho miglior uoce, & più chiara, & più sonora, ch'io hauessi giamai. Questi sono i solazzi della mia etade. Onde si uede, che la uita, ch'io uiuo, è uita uiua & non morta, come dicono quelli, che poco sanno, a' quali acciò sia chiaro quãto io stimi gl'altrui modi di uiuere, dico che in uerità, io non cambierei la mia uita, nè la mia etade con alcun giouine di quelli, che uiuendo seguono i lor appetiti, anchor che fosse di buonissima complessione; sapendo io, che questo tale è sottoposto ogni giorno, anzi ogn' hora à mille sorti (come io ho detto) d'infirmitadi, & di morte; che questo si uede in fatto sì chiaramente, che non ha bisogno di proua alcuna: che mi ricordo anch'io molto bene, di quello, che faceua quand' io era tale: sò quanto quella età suole essere inconsiderata, & quanto i giouani aiutati dal calor intrinseco, sieno animosi, & confidenti di se medesimi nelle loro operationi, & sperino bene d'ogni cosa, sì per la poca esperienza, che hanno delle cose passate, come per la capatra, che par loro hauere in mano di uiuer assai per l'auenire. Onde si espongono audacemente ad ogni sorte di pericolo; & scacciata la ragione, & dato in mano il gouerno di se stessi alla concupiscenza, cercano di sodisfare ad ogni loro appetito, non uedendo i miseri, che procacciano quello, che non vorrebbono hauere, cioè l'infermitadi, come ho detto più uolte, & la morte. De i quali due mali, l'uno è graue, & molesta cosa a soffrire, l'altro del tutto insopportabile & spauentoso: insopportabile a ciascuno, che si sia dato in preda al senso, & a i giouani

ſpetialmente, a' quali par con troppo lor danno morire innanzi tempo: ſpauentoſo a quelli, che penſano a gl'errori de quali è piena queſta noſtra uita mortale, & della uendetta, che ſuole pigliare la giuſtitia di Dio, nella eterna pena, de i Peccatori. All'incontro io in queſta mia età (Dio ſempre gratia) mi ritrouo liberò dall'uno, & l'altro di queſti trauagli: dall'uno, perche io ſon certo & ſicuro, che non poſſo ammalarmi, hauendo leuate le cagioni del male con la mia ſanta medicina; dall'altro, che è quello della morte, perche dall'uſo hormai di tanti anni, ho imparato a dar luogo alla ragione: onde non ſolo mi pare brutta coſa temer quello, che non ſi può fuggire, ma ſpero anchora quando ch'io ſia giunto a quel paſſo, di ſentire anch'io alcuna conſolatione della gratia di Gieſu Chriſto? Oltre che ſe bene io sò, che debbo come gl'altri giongere al fine, queſto fine però è anchora da me tanto lontano, ch'io nol poſſo diſcernere, perch'io sò di non morire, ſe non per pura reſolutione, hauendo già con la regolata forma del uiuere mio ſerrate alla morte tutte le altre uie, & impediti i paſſi a gli humori del mio corpo, di non farmi altra guerra, che quella, che mi fanno gli Elementi uenuti inſieme alla mia generatione. Che io non ſono sì ſciocco, ch'io non conoſca eſſendo generato, che mi conuien morire. Ma bella & deſiderabil morte è quella, che ci dà la natura per uia di reſolutione: Si perche la natura hauendo ella fatto il legame della uita, troua più facilmente la uia di ſciogllerlo, & indugia più tardi, che non fa la uiolentia delle infermità: queſta è quella morte, che ſenza fat il Poeta, ſi può chiamare, morte non già uita: che non può eſſer altrimenti. Queſta non uiene, ſe non dopò lo ſpatio d'una lunghiſſima età, & per forza d'una grandiſsima debolezza; perche a poco a poco, & con gran tempo, ſi riducono gli huomini in termine, che non poſſono più caminare, & a pena ragionare, diuentando & ciechi, & ſordi, & cutui, & pieni d'ogni altro male; ma anchor io (per Dio gratia) poſſo eſſere certo di eſſere molto lontano da tal fine; anzi

hò a credere; che l'anima mia, che ha così buona stanza nel mio corpo, non vi ritrouando altro, che pace, amore, & concordia, non solo tra i suoi humori, ma anchora tra il senso, & la ragione, gode, & se ne stà contentissima. Si che ragioneuol cosa è, che vi bisogni gran tempo, & forza d'anni a farnela vscire. Onde è per certo da concludere, ch'io debba viuere molti anni, sano & prosperoso, godendo questo bel mondo, che è bello a chi se lo sà far bello, come ho saputo fare io; & sperando di poter far il simile per gratia di Dio nell'altro anchora, & tutto per il mezzo della virtù, & della santa vita regolata, allaquale mi posi, facendomi amico della ragione, & nimico del senso, & dell'appetito, cosa che facilmente può far'ogni vno, che voglia viuere, come ad huomo si conuiene. Ora se questa vita sobria è così felice, se il suo nome è così vago & dilettevole, la sua possessione così facile, & la conseruatione così ferma & certa, altro ufficio non mi resta, eccetto che pregare (poi che con oratoria persuasione non posso conseguire il desiderio mio) ciascun'huomo d'animo gentile & di rational discorso dotato, ad abbracciare questo ricchissimo thesoro della uita. Ilquale si come auanza tutte le altre richezze & beni di questo mondo (apportandoci la uita lunga & sana) così merita da tutti essere amato, ricercato, & cõseruato sempre. Questa è quella diuina sobrietà, grata à Dio, amica alla Natura, figliuola della Ragione, sorella delle Virtù, compagna del viuere temperato, modesta, gentile, di poco contenta, regolata, & distinta nelle sue operationi. Da lei, come da radice, nasce la uita, la sanità, l'allegria, l'industria, i studij, & tutte quelle attioni, che sono degne d'ogni animo ben creato & composto. A lei fauoriscono le leggi diuine & humane. Da lei fuggono, come tante nebbie dal Sole, le repletioni, i disordini, le crapule, i souerchi humori, le distemperie, le febri, i dolori, & i pericoli della morte. La sua bellezza alletta ogni animo nobile. La sua sicurrezza promette à tutti gratiosa & durevole conseruatione. La sua facilità inuita ciascuno con po-

co disturbo, all'acquisto delle sue uittorie. Et finalmente ella promette d'esser grata & benigna custoditrice della uita, tanto del ricco quanto del pouero, tanto del maschio quanto della femina, tanto del uecchio quanto del gioüane: Come quella che al ricco insegna la modestia, al pouero la parsimonia, all'huomo la continenza, alla Donna la pudicitia, al vecchio la difesa della Morte, al giouane la speranza del uiuere, più ferma & sicura. La sobrietà fa i sensi purgati, il corpo leggiero, l'intelletto uiuace, l'animo allegro, la memoria tenace, i mouimenti spediti, le attioni pronte & disposte. Per lei, l'anima quasi sgrauata del suo terrestre peso, proua gran parte della sua libertà: i Spiriti si muouono dolcemente per le arterie: corre il sangue per le uene: il calore temperato & soaue, fa soaui & temperati effetti: & finalmente queste potenze nostre, seruano con bellissimo ordine, vna gioconda & grata harmonia. O santissima & innocentissima Sobrietà, vnico refugerio della Natura, madre benigna della uita humana: uera medicina così dell'animo, come del corpo nostro, quanto debbono gli huomini laudarti, & ringratiarti dei tuoi cortesi doni? Poscia che tu doni loro la uia di conseruare quel bene, la uita dico & la sanità, di cui non piacque à Dio, che il maggiore si prouasse per noi in questo mondo, essendo la uita & l'essere, cosa tanto naturalmente da ciascun uiuente apprezzata, & uolontieri custodita. Ma perche io non intendo hora formare un Panegirico di questa rara & eccellente Sobrietà, farò fine, per essere anchora sobrio in questa parte: non già perche di lei non si possano dire infinite cose, appresso le raccontate, ma affine di rimettere a più commoda occasione il rimanente delle sue lodi.

BIBLIOTECA NAZ. ROMA VITTORIO EMANUELE

IL FINE.

COMPENDIO DELLA VITA SOBRIA DEL SIG. LVIGI Cornaro.

HAVENDO cosi, com'io desideraua, il mio Trattato della vita sobria comin ciato à giouare à quelli, che sono nati di trista complessione, poi che questi ogni tratto per ogni picciolo disordine che fanno, per cagione della loro debil complessione, si sentono cosi indisposti, che peggio non potriano sentirsi, che ciò ueramente non auuiene a quelli, che sono nati di buona: & però quelli di trista per uiuere sani, hauendo ueduto il sopradetto Trattato, alcuni sono posti a tale vita; certificati per la esperientia quanto essa gioui. Et cosi vorrei giouare à quelli, che son nati di buona: perche fondandosi sopra quella, viuono in vita disordinata; onde come peruengono alla età delli LX. anni, ò là intorno, si fanno difettosi di diuersi

mali, & dolori: chi di gotte, chi di fianco, chi di stomaco, & altri simili mali, ne' quali nō entrarebbono se si ponessero alla uita sobria: & si come muoiono di quelli prima che peruengano alla età delli LXXX. anni; viuerebbono insino alli cento, termine conceduto da Dio, e dalla nostra madre Natura a noi suoi figliuoli. Et è da credere, ch'ella vorrebbe, che ogn'uno aggiongesse a tale termine, acciochè tutti godessero di ogni età. Ma perche il nascer nostro, è sottoposto alle reuolutioni de i Cieli; essi in questo nostro nascere hanno grande forza, massime nelle buone, e triste cōplessioni, che a questo ella Natura non può prouedere; che potendo prouedere, gli farebbe nascere tutti di buona.
Ma spera che nascendo l'huomo con l'intelletto & ragione, esso da se possa con arte supplire a quello, che i Cieli gli hanno leuato, & con l'arte della uita sobria sappiano liberarsi dalla trista complessione, e uiuere lungamente, e sempre sani: perche non è dubbio, che l'huomo con l'arte non possa in parte liberarsi dalla inclinatione de' Cieli; essendo opinione commune, che i Cieli inclinano, ma che non sforzino: onde li Sapienti dissero; Che l'huomo sauio domina le stelle. Io nacqui molto colerico, tal che non si poteua praticare meco, & me n'auidi, & conobbi che vn colerico era pazzo a tempo, quel tempo, dico, nelquale era dominato dalla colera; perche non haueua ragione in se, nè intelletto, e mi deliberai di liberarmi con ragione da tale colera; si che hora se ben son nato colerico, non però uso tal atto, se non in parte: e quello che è nato di trista complessione, può similmente con il mezzo della ragione, & uita sobria, uiuere sano, & lungamente, come ho fatto io, che nacqui di tristissima: tal che era cosa impossibile, che potessi viuere oltre all'età delli XXXX. anni, & mi trouo in quella delli LXXXVI. sano, & prosperoso: e se non fosse che nelle mie lunghe, & estreme infermità, che tante n'hebbi nella giouentù quando li Medici mi abbandonarono, che per quelle a me fu leuato già parte dell'humido radicale, ilquale non si può piu reacquistare, spererei di giun-

gere

gere al termine sopradetto. Ma conosco per ragione, che sarà cosa impossibile; & a questo, come io poi dimostrarò, non ui penso: basta assai a me, che habbia viuuto XLVI. anni di più di quello, che doueua; & che in questa così lunga età tutti li miei sentimenti siano nella loro perfettione, & infino li denti, la uoce, la memoria, & il cuore: ma sopra tutto il ceruello è più in essere, che fosse giamai; nè per lo multiplicare delli anni non perdono; e questo procede perche anchora io cresco dell'ordine della uita sobria, che si come gli anni multiplicano, così io scemo la quantità del cibo nel mangiare: & questo scemare è necessario, nè si può fare di meno, si come non si può uiuere sempre; & appresso alla fine della uita, l'huomo si riduce a non più mangiare, ma a sorbire con difficoltà un tosso di ouo il giorno, e a finire per risolutione senza dolori & mali, come farò io: & questo molto importa: & ciò ne auerrà a tutti quelli che teniramo uita sobria, & sia di che conditione, e grado si sia, ò grande, ò mezano, ò picciolo; perche tutti siamo prodotti di una sola specie, & delli quattro Elementi. E perche il uiuere sano, e lungamente, debbe esser molto apprezzato dall'huomo, come poi dirò; concludo che è obbligato a fare ogni opera per uiuere; & nõ si debbe promettere di uiuere lungamente senza il mezzo della uita sobria: perche habbia sentito dire che alcuni uiueno nõ tenẽdo tal uita infino alla età delli cento Anni sempre sani, e cõ mangiare assai, & di ogni cibo; e beuẽdo di ogni uino: e però promettersi che così a loro auerrà: ma ciò facendo, fanno due errori: Il primo, che fra cento mila non ne nasce uno tale. L'altro, che tali si amalano, & muoiono cõ male: nè mai sono sicuri della Morte senza male & infermità; talche la uia & uita sicura del uiuere si è passati al meno li xl. anni, il ponersi alla uita sobria, laquale nõ è difficile da tenere, hauẽdola tenuta tanti altri per lo passato, come si legge, & hora molti la tengono, come faccio io, e pur siamo huomini; & l'huomo essendo animale ragioneuole, fa tanto quanto vuole. Questa uita consiste se non in queste due cose, quantità, & qualità. La prima,

che

che è la qualità, consiste solo in non mangiare cibi, nè be-
re uini contrarij allo suo stomaco: la quantità consiste, che
non si mangi, e beui se non quanto facilmente può esser di
gerito da quello: Lequali quantità, & qualità debbono
pur'esser conosciute dall'huomo, come è peruenuto alla età
delli XXX X. anni, ò L. ò LX. E quello che tiene ta-
li due ordini, uiue in uita ordinata, e sobria; laquale ha tan
ta uirtù, e forza, che gli humori di quel corpo si fanno per-
fettissimi, concordi, & adunati: liquali cosi fatti buoni, nõ
possono esser posti in moto, nè in alteratione per ogn' uno
delli altri disordini che si faccia, come è per patir freddo, e
caldo, e souerchia fatica, uigilie, & altri, se non sono estre-
missimi. Non potendosi adunque, in corpo che tiene li
due ordini della bocca, metterssi li suoi humori in altera-
tione, e causar febre, dall'aquale proceda la morte auãti tẽ-
po, dunque è obligato ogni huomo à tenerli, sendo cosa
certa, che chi non li tiene sì per tali disordini, come per li
tanti altri che sono infiniti; & per ogni vno di quelli, è sem
pre in pericolo di male, & di morte; perche uiue in uita di
sordinata, e non sobria. L'ben uero, che anchora quelli che
tengono le due della bocca, che è uita sobria, per ogni uno
delli altri disordini, facendoli, si risente per uno, ò due gior
ni, ma non già di febre; e cõsi anchora si risente per la re-
uolutiõne delli Cieli; ma nè Cieli, nè tali disordini posso-
no metter in alteratione gli humori di chi tiene uita so-
bria, & è cosa ragioneuole, e naturale, perche li due disor-
dini della bocca sono interiori, e gli altri sono esteriori: Ma
perche sono alcuni attempati molto sensuali, che dicono,
che nè quantità, nè qualità di cibi, nè uini gli nuoceno, e co
si mangiano assai, e d'ogni cosa, e beueno, perche non san-
no in che parte del suo corpo sia lo suo stomaco: per cer-
to sono pur fuor di modo sẽsuali, & amici della gola: A que
sti si risponde, che quello che dicono non può esser in na-
tura, perche bisogna, che chi nasce, nasca con complessio-
ne ò calida, ò frigida, ò temperata; & che li cibi calidi gio-
uino alli calidi, & li frigidi al frigido, e li distemperati

al tem-

al temperato, è cosa impossibile in natura: quali sopradetti molto sensuali, pur non possono dire, che non si amalano qualche uolta, e che poi si liberano con lo tenersi vacuati con medicine, e con vna stretta dieta: Onde si uede, che il male loro procede per repletione di assai cibo, e di cibi cõtrarij al suo stomaco. Sono altri pur attempati, che dicono, che è loro necessario il mangiare assai, & il bere, per potere sostentare il suo calor naturale, che si va scemando, per lo moltiplicare de gli anni; & che sono astretti a mangiare assai, & cibi che piacciano alli loro gusti, ò frigidi, ò caldi, ò temperati; & che se viuessero in vita sobria, che tosto morirebbono. Si risponde, che la nostra madre natura, perche lo suo uecchio possa conseruarsi, ha proueduto, che con poco cibo possa uiuere, come uiuo io; perche il molto non può esser digerito dal stomaco del uecchio, & impotente: nè può costui dubitare di morire per cagione del poco mangiare, se con il pochissimo quando è amalato si libera, che pochissimo è quello della dieta, con laquale si risana; e se con pochissimo si risana, e ritorna in uita, come può dubitare, che con mangiare una quantità maggiore; che maggior quantità è quella della uita sobria, non si possa tenere in uita, sendo sano? Altri dicono, che è men male a patire tre, ò quattro uolte all'Anno delli loro soliti mali ò di gote, ò di fianchi, ò altri mali; che patire poi tutto l'Anno per nõ contentare il suo appetito nel mangiare tutto quello, che piu gusta al suo gusto; sendo certi, che con la medicina della pura dieta si possono liberare da quelli. Si risponde, che moltiplicando gli Anni, e scemandosi per quelli il calore naturale, che la dieta non può hauere sempre tanta uirtù, quanto ha forza il disordine della repletione: tal che sono astretti a morire da questi suoi mali; perche quelli abbreuiano la uita, si come la sanità la conserua. Altri dicono, che è meglio uiuere dieci anni meno, che lasciar di contentare il suo appetito. A questi si risponde, che'l uiuere lungamente si debbe molto apprezzare da gli huomini di bell'intelletto: ma de gli altri è poco danno se non è apprezza-

to,

to, perche questi fanno brutto il Mondo, & è se non bene, che morano. Ma è male, che quelli di bell'intelletto morano: perche se vno è Cardinale, à forza passati, gli LXXX. Anni, è Papa; se è di Republica, Duce; se è di lettere, è tenuto come un Dio in terra; e cosi tutti gli altri nelle loro professioni. Altri poi sono, che come uengono alla Età; benche naturalmente lo stomaco loro si faccia men potente al digerire, non uogliono perciò scemare il cibo, anzi accrescerlo, e perche mangiando due uolte al giorno, non possono digerire tanta quantità, si deliberano di mangiare una sola uolta, accioche l'interuallo lungo da uno pasto all'altro sia quello che operi, che tanto cibo possano mangiare in una uolta di quello, che mangiauano in due: & cosi mangiano tanta quantità, che lo stomaco caricato di tanto cibo, viene a patire, e farsi tristo, e conuertire quel cibo souerchio in tristi humori; e questi amazzano l'huomo auanti tempo. Io non uidi giamai uno che si ponesse a tal uita, che uiuesse lungamente: e questi pur uiuerebbono, se come a loro moltiplicano gli anni, scemassero la quantità del cibo, & mangiassero piu uolte al giorno; ma poco alla uolta: perche lo stomaco vecchio non può digerire gran quantità, ma poca; & il uecchio ritorna nel mangiare, come fanciullo, che mangia molte uolte al giorno. Altri dicono, che la uita sobria ben può conseruare l'huomo in sanità, ma che non può prolungarli la uita: Si risponde, che si è ueduto per il tempo passato chi se l'ha prolungata; & hora si uede, che la prolungo io. Non si può già dire, che essa la possa abbreuiare, si come l'abbreuia l'infermità; che non è dubbio, ch'essa non l'abbreuij. Però è men male uiuere sano sempre, che molte uolte amalato, per conseruarsi l'humore radicale. Onde con ragione si può concludere, che la santa uita sobria sia uera madre della sanità, e uita lunga. O sacrosanta uita sobria tanto gioueuole a gli huomini, giouandoli tanto come gli gioui, che tanto li fai uiuere, che si fanno sì ragioneuoli per la lunga Età, che con la ragione si liberano da gl'amari frutti del senso, nemico della ragione, che è propria

dell'huomo

dell'huomo; iquali amari frutti sono le passioni, e le perturbationi: & oltra lo liberi anchora dall'horrendo pensiero della morte. O quanto io tuo buon discepolo a te son tenuto, perche per te godo questo bel Mondo, che ueramente è bello à chi se lo sa far bello con il tuo mezzo, come ho saputo farmelo io: nè in altra età quando era giouane, e tutto sensuale, e che viueua in vita disordinata, mai potei farmelo sì bello, se ben per godere ogni età, non spar miai a spesa, nè ad altro: ma trouai che tutti i piaceri di quelle etadi, haueuano i suoi contrarij: talche non conobbi mai, che il Mondo fosse bello, se non in questa etade. O veramente felice uita, che oltre le tante sopradette gratie, che concedi al tuo uecchio, gli riduci il suo stomaco in tanta bontà, e perfettione, che gusta piu il puro pane, di quello che già gustaua nella giouentù i piu delicati cibi: & questo operi, perche sei ragioneuole, sapendo, che il pane è il piu proprio cibo dell'huomo, quando è accompagnato con voglia di mangiare; e nella uita sobria ha esso sempre questa naturale compagnia, perche mangiandosi sempre poco, il stomaco che ha poco carico, ha sempre fra poco termine voglia di mangiare; e per questo il puro pane tanto si gusta: & io lo proùo per isperientia, e dico che tanto lo gusto, che dubiterei di errare nel uitio della gola, se non fosse, che so che è necessario di mangiarne, & che non si può mangiare cibo piu naturale. E tu madre Natura, che sei tanto amoreuole al tuo uecchio per conseruarlo oltra, gli hai proueduto, che con poco cibo possa conseruarsi; & per darli maggior fauore in questo, e piu giouarli: gli dimostri, che si come nella sua giouentù mangiaua due uolte il giorno, che nella sua uecchiezza debba quel cibo delle due, diuiderlo in quattro: perche cosi diuiso, sarà piu facilmente digerito dallo stomaco suo, e si come giouane gustaua due sole uolte al dì, che in uecchiezza ne gusti quattro, pur che vadi scemando la quantità, si come moltiplicano gli Anni: & cosi osseruo io, si come mi dimostri, e però li miei spiriti, che non sono oppressi dal molto cibo, ma solamen-

& son peruenuto a tanta lunga Età, che godo undici miei Nepoti, iquali sono tutti di bello intelletto, e di gentil natura, atti alle lettere, & alli buoni costumi, e tutti di bella uita, e forma, che hauendo seguito te, non li goderei: nè queste mie belle & commode stantie, fabricate da me con tanti appartati giardini, che a redurli alla loro perfettione, ui ha bisognato gran tempo: e tu amazzi chi ti segue, prima che le sue fabriche, e giardini siano finiti: & io li godo già tanti anni a tua confusione. Ma perche tu sei Vitio tanto pestifero, che ammorbi, & aueleni tutto il mondo; & io volendo, con ogni mio potere, da te in parte liberarlo: ho deliberato di operare in modo contro di te, che vndici miei Nipoti, dopo me, siano quelli, liquali ti facciano conoscere per quella trista, e uitiosa che sei, nimica mortale di tutti gli huomini, che nascono: per certo molto mi admiro, che gli huomini di bell'intelletto, che pur ne sono, i quali sono peruenuti in alto grado ò di lettere, ò d'altro, non si pongano a tale uita almeno quando sono peruenuti alla Età delli cinquanta ò sessanta anni, allhora che cominciano a risentirsi, di qualchuno de' mali sopradetti: che facilmente si delibererebbono, si come tal male inuecchiato, è fatto incurabile: & non mi marauiglio delli gioueni, perche quella Età è dominata dal senso, e la sua uita è dominata da quello; ma per certo passati li cinquanta anni, l'età debbe esser dominata in tutto dalla Ragione; che fa conoscere, che'l contentare il suo gusto, & appetito, è infermità, e morte: Et se quel piacere del gusto fosse lungo, si potrebbe sopportare; ma a pena non è principiato, che è finito: e le infermità, che procedono da quello, sono lunghissime. Ma certo è vna grande contentezza dell'huomo di uita sobria, che come ha mangiato, è sicuro che quel cibo lo tenirà sano, e che non potrà giamai per quello hauer male.

Hor ho uoluto dare questa aggiunta al mio Trattato di poche parole, ma con altre ragioni; perche la lunga lettura è da pochi ueduta, e la breue da molti; & io desidero che molti la ueggano, per giouare à molti.

IL FINE.

AMOREVOLE ESSORTATIONE DEL SIG. LVIGI CORNARO.

Nellaquale con vere ragioni persuade ogn'vno à seguir la vita ordinata & sobria, affine di peruenire alla lunga etade, nellaquale l'huomo può godere tutte le gratie, & beni, che Iddio per sua bontà a mortali si degna concedere.

PER non mancar del debito alquale ogni uiuente è tenuto; & per non perdere ad vn tratto il diletto, che io prendo di giouare, ho voluto scriuere & far sapere à quelli che non sanno, perche non mi pratticano, quello che sanno, & veggono coloro che mi pratticano. Ma perche ad alcuni pareranno certe cose impossibili, & difficili a credere, nientedimeno uere essendo, & uedendosi in fatto, non mancarò di scriuerle a beneficio d'ogniuno. Per ilche io dico, essendo (per la Iddio gratia) giunto all'età di 95. anni, & ritrouandomi sano, prosperoso, allegro, & contento, io di continuo ne laudo la sua Diuina Maestà di tãta gratia fattami; uedendo poi per l'ordinario in tutti gli altri uecchi, che a pena arriuano all'età di 70. anni, che sono mal

sani,

sto bisogna hauer piu consideratione alla qualità de cibi, e vini; & cosi anco alla maggior quantità di essi, scemandola: ma anzi per il contrario cercano di accrescerla, dicendo che perdendo l'huomo la prosperità per lo inuecchiare, bisogna conseruarla con piu quantità di cibi, essendo il mangiare quello che conserua l'huomo in uita; & nondimeno essi di gran lunga s'ingannano, percioche si come nell'huomo và mancando il calore per l'età, cosi è di mestieri scemar il mangiar & bere, essendo che la natura si contenta di poco per conseruare il uecchio: anzi essi se ben lo douerebbono credere con ragione, non lo credono, ma seguitano la sua solita disordinata uita, laquale se al suo tempo la lasciassero, & si mettessero alla uita ordinata & sobria, uenirebbono uecchi, come son io, ben cõditionati, essendo per gratia del grande Iddio nati di cosi buona & perfetta complessione, & uiuerebbono sino alli cento e uint'anni, come han uiuuto de gli altri c'han tenuto uita sobria, come in molti luoghi si legge, i quali di ragione erano nati di questa cosi perfetta complessione, della quale se io ancora fossi nato, puntó non dubiterei di non aggiongere a quella etade. Ma perche io nacqui di trista, dubito di non passare li cent'anni, & cosi anco se gli altri, che medesimamente nascono di trista, si fossero posti alla uita ordinata, come ho fatt'io, sarebbono prosperosamente giunti alli cento & piu anni, come aggiongerò io. E questo esser sicuro di uiuere molt'anni a me pare esser cosa bella, & da stimar molto, non si trouando alcuno che sia pur sicuro di uiuer una sol'hora, se non quelli, che tengono uita sobria, ilqual fondamento & sicurtà di uiuere è fondato sopra buone & uere ragioni naturali, che non ponno mai mancare, essendo cosa impossibile in Natura, che colui che tiene uita ordinata & sobria, possa amalarsi, nè morire per morte non naturale auanti tempo, si come al suo è necessario che mora: Ma auanti non può morire, perche essa uita sobria ha uirtù di leuare tutte le cagioni che causano il male, & il male non può uenire senza causa; laquale, leuata che sia, è leuato il

male

male; & leuato il male, è leuato la morte non naturale. Et non è dubbio alcuno, che la uita ordinata & sobria non habbia uirtù & forza di leuar tali cagioni, sendo quella che opera che gli humori, i quali tengono sano & amalato, viuo & morto l'huomo, si come sono buoni & tristi, che essendo che di tristi che sono, si fanno buoni & perfetti, percioche essa ha questa uirtù naturale di farli tali, che a forza si vniscono, adeguano, & legano insieme in modo che piu non si possono separare, ò metterssi in moto, ouer alteratione; dallequali cose nascono poi febri crudeli, & finalmente la morte. Ben è uero, nè si può negare, che ancor che sieno fatti buoni, non è però che'l tempo, ilquale consuma ogni cosa, non consumi & risolua ancora tali humori; & che cõsumati che sono, l'huomo conuien morire per morte naturale, & senza male, come auuenirà a me, che morirò al mio tempo quando essi humori saranno consumati, che hora nõ sono, ma anzi buoni; & non può esser altramente, essendo io cosi sano, allegro, & contento, che mãgio con appetito, e dormo quietamente: & di piu li miei sentimenti sono tutti nella loro bontà, & perfettione; l'intelletto è piu che mai netto & purgato; il giudicio saldo; la memoria tenace, il cuor grande; & la uoce, che suol'esser prima ad abbassarsi, a me è inalzata, & fatta sonora: la onde son'astretto a cantare le mie orationi mattina e sera ad alta uoce, si come già le diceua con sumessa e bassa. Et tutti questi sono certi & ueri inditij & segni, che li miei humori sono buoni, & che non si possono consumare se non con tempo, come concludono tutti quelli che mi pratticano. Oh che uita gloriosa sarà questa mia, essendo piena di tutte le felicità, che si possono goder' in terra; & anco essendo (come in uero è) libera dal bestial senso, ilqual è scacciato dalla ragione per la lunga età; perche doue è lei, il senso non ui può hauer luogo, nè meno li suoi amari frutti, che sono le passioni, le perturbationi, & li tristi pensieri. Nè anco in me può hauer luogo il pensiero della morte, non ui essendo cosa alcuna sensuale. Nè la morte de' miei nipoti, & altri parenti, ò d'amici

amici mi può dar noia se non nel primo moto, ma subito è leuata: e meno mi può turbare il perdere di facultà (come han veduto molti con grande loro ammiratione). E questo solo auiene à chi vien vecchio per la via della uita sobria, & non per quella della forte complessione, & anco godono felicemente la sua uita, come fo io in cõtinui solazzi, & piaceri. E chi non la goderebbe, non hauendo in tal vecchiezza contrarietade alcuna? si come hanno quelli delle altre etadi giouenili, che ne hanno infiniti, come si sa, & hora piu chiaro dimostrerò, che questi miei non ne hanno alcuna. Il primo de'quali solazzi è il giouare alla sua cara patria: oh che glorioso solazzo è questo, delquale infinitamẽte ne godo con dimostrargli il modo che vi è per conseruar la sua cosi importante laguna, & porto; si che non si possi atterare se non passati migliara di anni; per la qual cosa Venetia conseruarà il marauiglioso & stupendo nome di Città vergine, come è, non essendone altra al mondo: & oltra aggrãdirà il grande & alto suo pronome di Regina del mare; questo io godo, & non vi manco niente. Vn'altro poi ne godo, dimostrando ad essa Vergine & Regina, il modo che vi è per farla abondantissima di vittuarie con il ridurre campi inutili à grande vtilitade, si di paludi, come di campagne aride, con grande auanzo oltra la spesa. E quest'altro solazzo godo, che non ha contrario alcuno, ilquale è, che io dimostro come Venetia si può far più forte, se ben è fortissima, & inespugnabile: piu bella, se ben è bellissima: piu ricca, se bene è ricchisima; & di miglior aere, se ben è di perfetto. Questi tre solazzi tutti fondati sopra il giouare, io cõ gran contentezza godo. E chi è colui, che à questi potesse trouar contrario alcuno, non ve ne essendo? Godo poi quest'altro, che hauendo perduto vna notabile quantità d'intrata, leuata à miei nipoti per mala fortuna, io con il pensier solo che non dorme, & non con fatica corporale, se non poca di mente, ho trouato il vero, & infallibile modo di rifar tal danno doppiamente, pel mezzo della vera & lodeuole agricoltura. Vn'altro solazzo ancor godo, che'l mio Trat-

BIBLIOTECA NAZ. ROMA VITTORIO EMANUELE

tato, che composi della uita Sobria per giouare, io ueggo che gioua, come mi affermano alcuni à bocca, iquali dicono che gli gioua grandemente, & poi si vede in fatto: & altri con lettere dicono, che la vita loro, dopo Dio, da me dipende. Ancora vn'altro solazzo io godo, che è il scriuere di mia mano; percioche scriuo assai per giouare, si in architettura, come in agricoltura. E godo poi vn'altro, che è il ragionare con huomini di bello & alto intelletto, dalli quali ancora in questa età imparo. Oh che solazzo è questo, che in questa età non vi si pone fatica allo imparare per cosa grande, alta, & difficile ch'ella si sia. Et di piu voglio dire, ancor che ad alcuni paia cosa impossibile, & che in alcun modo possa essere, che in questa età godo ad vn tratto due uite, l'una terrena con lo effetto, & la celeste col pensiero, ilquale ha virtù di far godere, quando è fondato sopra cosa che si sia per douer godere, si come io son certo che goderò quella per la infinita bontà & misericordia del grande Iddio. Godo adunque questa terrena, mercè della uita ordinata & sobria, tanto grata à sua Maestà, per esser piena di virtù, & nimica del vitio. E godo (merce di esso grande Iddio) la celestiale, che me la fa godere col pensiero, ilquale mi ha leuato il poter pensar'ad altro, che à questa cosa, laqual tengo & affermo per piu che certa: & tengo che questo nostro morire non sia morire, ma un transito che fa l'anima da questa vita terrena ad vna celeste, immortale, & infinitamente perfetta, & non può essere altrimenti: E questo alto pensiero è tanto alzato, che non può piu abbassarsi à cose mondane, e basse, come è al morir di questo corpo: ma solamente al viuer in uita celeste e diuina, onde che io vengo à godere due uite. Nè questo tanto godere ch'io so hora in questa uita à me puo dar col suo finire doglia alcuna, ma si ben gioia infinita, sendo questo suo finire un dar principio ad vn'altra vita gloriosa, celeste, & immortale. E chi è quello, che potesse hauer à noia vn tanto bene, tanto contento, & tanta gratia, come hauerò io? Laqual cosa auuenirebbe ad ogni altr'huomo, che tenesse la uita, che ho

tenuta

tenuta io, laquale si può tenere da ogn'uno, percioche io non son se non huomo, & non Santo, ma seruo di Dio, alquale tal uita ordinata molto piace: Et perche molti huomini si pongono alla santa e bella vita spirituale, e contemplatiua piena di orationi; Oh se questi si mettessero ancora del tutto alla uita ordinata & sobria, quanto piu grati si renderiano al sommo Iddio, & anco abellirebbono il mondo; percioche sariano tenuti in terra ueri padri santi, come già erano tenuti quelli antichi, che pur tal uita sobria osseruauano, oltre alla spirituale: & similmente viuendo fino alla età di 120. anni per virtù di Dio fariano anch'essi infiniti miracoli, come essi faceuano; & di piu, sempre sariano sani, contenti, & allegri, doue hora sono, per la maggior parte, mal sani, melanconici, & discontenti. Et perche alcuni credono queste cose esserli date per sua salute dal grande Iddio, acciò facciano in questa uita penitenza delli suoi errori; Io dirò, che à mio giudicio s'ingannano, percioche io non posso credere, che Iddio habbia à bene, che'l suo huomo, ilquale tanto ama, viua amalato, melanconico, & discontento; ma anzi sano, allegro, & contento; perche anco in cotal modo viueuano li Santi Padri, & si faceuano sempre migliori serui di sua Maestade, facendo tanti e si bel li miracoli, come si legge. Oh che bel mondo, & godeuole sarebbe hora questo, come era allhora, & anco molto piu bello; perche hora ui sono molte Religioni & Monasterij, che non v'erano allhora, nelliquali se fosse tenuta la vita Sobria, ui si uederiano quantità di venerandi uecchi, à tal che seria vna merauiglia; nè per questo mancarebbono alla uita ordinata dalle sue Religioni, anzi la crescerebbono; perche da ogni una Religione è cõceduto per suo uiuere il mãgiar pane, bere del uino, & oltra de gli oui alcuna uolta, & delle carni ad alcuna; & oltra di questo le minestre di legumi, salate, frutti, & torte di oui, liquali cibi molte fiate gli nuocono, & ad alcuni leuano la uita; ma perche gli sono cõceduti dalli suoi ordini, gli usano, pensando forse, che lasciandoli, fariano errore, ilche non fariano, anzi fariano

gran bene, se passati li 30. anni, lasciassero quelli, & si metteſſero à uiuere con pane nel uino, & con panatella di pane, & oui con pane; & questa è la uera uita per cõseruare l'huomo di trista complessione, & è uita piu larga di quella che era tenuta dalli Santi Padri antichi nelli deserti, iquali mãgiauano solamente frutti saluatichi, & radici d'herbe, & beueuano acqua pura, & pur uiueuano, come ho detto, lungamente, sani, allegri, & contenti. Et cosi fariano questi de' nostri tempi, & insieme troueriano piu facile la via di salir al Cielo, ilquale stà sempre aperto ad ogni fedel Christiano; percioche cosi il nostro Redentor Christo lo lasciò quando di là su discese, uedendo in terra à spargere il suo precioso sangue per liberar noi dalla tirannica seruitù del Diauolo; & tutto questo per immensa sua bontade. Si che per cõcluder il mio ragionamẽto, dico, che essendo (come è in uero) la lũga età piena & colma di tãte gratie & beni; & di piu essendo io vno di quelli che li gode, non posso mancare, (non uolendo mancar di carità) di render testimonianza, & far ad ogn'uno pienissima fede, che molto piu godo di quello che hora scriuo; & che la cagione del mio scriuere altro non è, se non affine che uedendo un tanto bene, ilquale prouiene da questa lunga etade, ogn'uno si disponga di osseruar questa tanto lodata uita ordinata & sobria. Per laquale di continuo me ne vò cridando viuete viuete, acciochè siate migliori serui di Dio.

IL FINE.

LETTERA

LETTERA
SCRITTA
DAL SIG. LVIGI
CORNARO,
AL REVERENDISS. BARBARO,
Patriarcha eletto di Aquileia.

REVERENDISSIMO SIGNORE.

VERAMENTE, che l'intelletto dell'huomo tiene alquanto del diuino: & diuina cosa fu quella, quando trouò il modo del potere, scriuendo, ragionare con vn'altro lontano. Fu poi cosa in tutto diuina quella della Natura, che uolse che uno cosi lontano potesse uedere l'altro con gli occhi del pensiero, si come io uedo uoi Signor mio: Et con questa ui ragionarò cose piaceuoli, & che molto giouano: è ben uero, che sarà tal ragionamento sopra cosa altre uolte ragionata, ma nõ in questa età di nonantauno anno; onde io non posso mancare, perche piu che à me moltiplicano gli anni, la mia prosperità piu si augumẽta: effetto

che

che fa ſtupire ogni uno: Et io che ſo da quale cagione procede, ſono aſtretto à dimoſtrarla, & fare conoſcere che ſi può poſſedere un Paradiſo terreſtre dopò la età delli ottanta anni: il quale poſſedo io; ma non ſi può poſſedere ſe non con il mezzo della ſanta Continenza, & della uirtuoſa uita ſobria, amate molto dal grande Iddio, perche ſono nemi che del ſenſo, & amiche della ragione: hor Signore per ragionare, ui dico, che in queſti giorni futono da me molti Eccellenti Dottori di quelli che leggono in queſto ſtudio, sì Medici, come Filoſofi, informatiſsimi della mia età, & del uiuer mio, & coſtumi: ſapendo com'era pieno d'allegrezza, di ſanità, & che tutti gli miei ſentimenti erano in perfettione: & di piu la memoria, il cuore, l'intelletto, & anco inſino la uoce, & denti: & oltra ſapeuano, che io ſcriueua di mia mano otto hore al giorno Trattati per giouare al mondo, & molte altre hore paſſeggiaua, & altre cantaua: O Signore, quanto è fatta bella la mia uoce, che ſe mi udiſte cantare le mie orationi, aggiuntoui il ſuono della lira, come faceua Dauid, ui certifico, che ne hauereſti gran ſolazzo, tanto io canto ſonoramente. Et oltra quanto haueuano detto li ſopradetti, replicauano, che per certo era coſa marauigliosa il tanto mio ſcriuere, & ſopra materie d'intelletto, e di ſpirito. Del che, Signore, è coſa incredibile dell'appiacere & contento, ch'io godo di queſto ſcriuere; ma ſendo il ſcriuer mio, per giouare, da uoi Signore potere comprendere di che grandezza ſia il mio ſolazzo. Diſſero poi alla fine che io non poteua eſſere tenuto per uecchio, eſſendo le mie operationi da giouane, & non come quelle delli altri uecchi, che come ſono peruenuti alli ottanta anni, ſono tutte da uecchiſsimi; & oltra chi è difettoſo di gotte, chi di fianco, & chi di altro male: & per liberarſi ſono ſoggetti à continue pirole, e fontanelle, & medicine, con ſimili altri impazzi, che ueramente danno grande noia; & pur ſe ui è qualche uno che non habbia infermità, patiſce poi nelli ſentimenti, che è ò nel uedere, ò nell'udire, ò in uno delli altri, che è non poter caminare, ò le mani gli tremano:

no: & se ne fusse uno libero dalli sopradetti contrarij, nō ha la memoria in perfettione, nè il cuore, nè l'intelletto, nè uiuerebbe allegro, contento, & piaceuole, come fo io. Ma che oltra tante gratie, che io ne possedeua una estrema era, laquale li faceua stupire, perche è in tutto fuora di natura, che io possa tenermi uiuo già 50. anni con lo estremo contrario che è in me, che è mortalissimo, alquale non se li può prouedere, perche è naturale, & è proprietà occulta inserta nel mio corpo dalla Natura; & è, che ogni anno come entra Luglio insino per tutto Agosto, quelli due mesi non possa beuer uino sia di qual sorte di uua si uoglia, & così uino di qual paese si uoglia; ilquale uino, oltra che à tal tempo si fa tutto contrario, & nemico del gusto mio; mi nuoce allo stomaco: tal che perdendo il mio latte, che ueramente è latte del uecchio il uino; & non hauendo modo di beuere, perche le acque alterate & preparate, non possono hauere la uirtù del uino; non mi giouano; la onde non hauendo che beuere, & essendo lo stomaco disconzo, non posso mangiare se non pochissimo, & questo poco mangiare, & non hauere uino, mi riduce dopò mezo Agosto in una estrema debolezza mortale, nè à me gioua brodo di cappone consumato, nè altro rimedio, talche per debolezza mi riduco insino alla morte, & non per altro male, se nō per pura debolezza; & che essi concludeuano, che se il uino nuouo, che ho sempre preparato al principio di Settembre, tardasse, che sarebbe cagione della mia morte: ma che più, stupiuano; che tale uino nuouo hauesse virtù di ritornarmi in due ò tre giorni la prosperità leuatami dal uino uecchio, si come haueuano ueduto in questi giorni; cosa che non si crederebbe da chi non la uedesse. Et molti anni continui (diceuano) si come alcuni di noi Medici l'habbiamo ueduto, & già diece anni giudicato, ch'era cosa impossibile, che potesse uiuere al più vn'anno ò due, con così mortale contrario, augumentando gli anni; & pur uediamo, che questo anno hauerè hauuto meno debolezza. Questa cosa, & tante altre gratie, che si ritrouano in me, gli ha-

ueuano

ueuano astretti à conchiudere, che tante gratie ridotte in vna, era stata gratia speciale in me, concedutami nel nascere dalla Natura, ò da i Cieli; & per uoler prouare questa sua conclusione per buona; che è falsa (perche non è fondata sopra ragioni e fondamenti fermi, ma sopra sue opinioni) furono sforzati à dire di bellissime, & alte cose, con vna estrema eloquentia. Per certo Signore la eloquenza ha grande forza in huomo d'alto intelletto, & tanta che fa credere, che quello, che non è, nè possa essere, che pur sia. Io hebbi, vdendoli, vn grande appiacere, e solazzo, che veramente è grande solazzo l'udire vn simile ragionamento da simili. Vn'altro appiacere pieno di contento hebbi all'hora, considerando, che la lunga età con la isperienza ha forza di fare vno non dotto, dotto: perche è essa vero fondamento delle uere scienze; & che io con tal mezo sapeua che la conclusione sua era falsa. Siche vedete Signore come gli huomini s'ingannano nelle sue openioni, quando non sono fondate sopra fondamenti reali. Et io per sgannarli, & per giouarli, gli risposi, che la sua conclusione era falsa, come gli farei uedere in fatto, che la gratia che è in me, non è speciale, ma che è generale, & ogni huomo la può godere; perche io sono se non simplice huomo, come sono tutti gli altri composto delli quattro elementi, & che ho oltra l'essere, e uiuere; il senso, l'intelletto, & la ragione; & con l'intelletto e ragione nasce ogni huomo; perche il grande Iddio ha voluto, che'l suo huomo, che tanto ama, habbia questi beni, e gratie di piu delli animali, che hanno se non il senso, acciò che esso huomo possa con tali beni, & gratie conseruarsi sano lungamente; tal che la gratia è vniuersale conceduta da Dio, & nõ dalla Natura, ò da i Cieli; ma l'huomo mentre che è giouine, perche è piu sensuale, che ragioneuole, seguita il senso; & essendo poi peruenuto alla età di quaranta ò cinquanta anni, debbe pur sapere che allhora è giunto alla metà della sua uita con fauore della giouentù, & dello stomaco giouine, fauori naturali, che gli hanno dato fauore al montare; ma che è per dismontare uerso la mor-

te

tè con disfauore della uecchiezza; & che la uecchiezza è contraria alla giouentù, si come è contrario il disordine, dell'ordine: la onde è necessario di mutare uita nel suo mãgiare, e bere, dalli quali dipende il uiuere sano & lungamente, & essendo stata uita sensuale, e senza ordine la prima, che la seconda sia ragioneuole con ordine; perche senza ordine niuna cosa si può conseruare; & meno delle altre la uita dell'huomo; si come si uede in fatto che il disordine nuoce, & l'ordine gioua; & è cosa impossibile in natura, che colui che uuole contentare il gusto, & l'appetito, non faccia disordine; & io per non fare disordine (peruenuto alla età matura) mi posi alla uita ordinata, e sobria; vero è, che al leuarmi dalla non sobria hebbi difficoltà; & per leuar la prima, pregai Dio, che mi concedesse la sua virtù della continenza, sapendo che il prego mio sarebbe esaudito; poi sapendo, chè quando un'huomo uuol fare una bella impresa, che fa, che la puo fare, ma con difficoltà, put la puo facilitare, deliberandosi ostinatamente di uolerla fare, & la fa; cosi mi deliberai io; onde mi posi à poco à poco à lenarmi della uita disordinata; & cosi a poco à poco à mettermi alla ordinata; & con tali modi mi posi alla uita sobria; tal che dapoi à me non è stata di noglia, se bene fui astretto a tenere tal uita strettissima alla qualità e quantità delli cibi e uini, sendo io, come sono, di tristissima complessione; ma gli altri che sono di buona, possono mangiare di molte altre sorti e qualità di cibi, e in maggior quantità, e cosi beuere uini: la onde se ben la sua sarà uita sobria, non però ella sarà uita stretta come la mia, ma larga. Et udite le mie ragioni da quelli; & ueduti li fondamenti, tutti conchiusero, che quanto io haueua detto, tanto era; ma uno, il piu giouine, disse, che cõcedeua, che la gratia fosse uniuersale, ma che io almeno haueua hauuto questa gratia speciale di poter facilmente leuarmi da una uita, & ponermi all'altra; cosa che esso trouaua per isperienza fatibile, ma difficilissima à lui, si come à me è stata facile. Io gli risposi, ch'essendo huomo come lui, che anchora è stata à me

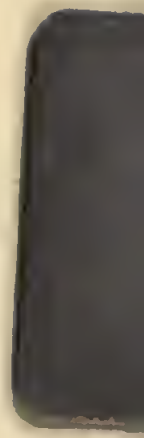
difficile; ma che ad vn'huomo non è cosa honestà, il lasciare una impresa bella, che può fare, e lasciarla per difficoltà; perche piu che ha difficoltà, piu acquista honore, & fa cosa piu grata à Dio; perche esso desidera, che si come ha instituita la uita all'huomo di molti anni, che ogniuno li peruenghi: sapendo che come l'huomo passa la età delli ottanta anni, che è liberato in tutto dalli amari frutti del senso, & pieno di quelli della santa ragione; talche à forza li uitij, e li peccati si lasciano; e però esso Dio desidera, che lungamente si uiua: & ha ordinato, che colui che uiue al suo termine naturale sopradetto, che finisca la sua uita senza male per resolutione, che è un fine naturale, & un'uscire d'una uita mortale, per entrare in una immortale, come auenirà à me; & son certo che moritò cantando le mie orationi: nè hora à me dà noia l'horrendo pensiero della morte, se bene so che per la lunga età sono prossimo à quella, pensando, che nacqui per morire, & che tanti sono morti in minor età della mia: nè meno mi dà noia l'altro pensiero compagno del sopradetto, che è il timor delle pene che si patiscono per li peccati dopò morte; perche io son buon Christiano, & sono astretto à credere, che sarò liberato da quelle, per uirtù del sacratissimo sangue di Christo, che uolse spargerlo, per liberare noi suoi fedeli Christiani da tali pene. O che bella uita è la mia, ò che felice fine sarà il mio. Et dette da me le sopradette cose, il giouine non replicò altro, se non che disse, che era determinato di mettersi alla vita sobria, per fare un tanto auanzo, come haueua fatto io: ma che ne haueua fatto vn'altro molto importante, che si come haueua una gran noglia per lo suo inuecchiare, che hora desideraua di inuecchiare tosto, per tosto poter godere la godeuole età uecchia. Il gran desiderio, Reuerendissimo Signore, che io haueua di ragionare con uoi, mi ha sforzato di esser lungo, & sforzami di ragionare anchora, ma poco. Signore, ui sono alcuni molto sensuali, iquali dicono, ch'io ho gettato uia il tempo & la fatica, à comporre il Trattato & gli altri discorsi della uita sobria, acciò

che

che la si tenga; perche è cosa impossibile à farla: la onde tal Trattato sarà uano come quello della Repu. di Platone, che si affaticò in scriuer cosa che nõ si poteua fare: onde cõchiudono, che'l suo Trattato è vano; e che cosi sarà il mio. Di questi io molto mi marauiglio, che pur ueggono nel Trattato, c'ho tenuta la uita sobria molti anni auanti, che la scriuessi, nè l'hauerei scritto, se nõ hauessi ueduto prima, ch'ella era uita che si poteua tenere; & anco conosciuto, che gioua ua grandemẽte; che era uita uirtuosa, & essendoli io obbligato, fui astretto à scriuere, accioch'ella fusse conosciuta per quello che è: & so che molti, uisto il Trattato, si hanno posti à tale uita; e per lo passato, come si legge, molti l'hanno tenuta; ralche la oppositione che cade in quello della Repnb. non cade nel mio della uita sobria. Ma à tali sensuali nemici della ragione, & amici del senso, stà bene, se mentre procurrano di satiare ogni lor gusto & appetito, incorrono in trauagliose infermità, & bene spesso auanti tempo s'incontrano nella morte.

IL FINE.

BIBLIOTECA NAZ. ROMA VITTORIO EM.



L. GOTTSCHER 1971